



Chia Wen Yu bersama Rebecca Halim, Tan Soei Tjoe, dan Apit Utomo, para relawan komite senior Tzu Chi, tampak antusias menyaksikan keseruan lomba Tzu Chi Vegan Cooking Competition 2025. Mereka kagum melihat ide-ide kreatif yang dihadirkan oleh 15 grup peserta.

Tzu Chi Vegan Cooking Competition 2025

Mengasah Kreativitas dan Semangat Bervegetaris

“Lomba memasak vegetarian dalam rangka Bulan Tujuh Penuh Berkah membuka ruang kreativitas untuk menghadirkan hidangan sehat, enak, penuh cita rasa, dan ramah lingkungan.”

Aroma harum masakan vegan kembali menyelimuti kantin Tzu Chi Center, Pantai Indah Kapuk, 21 September 2025. Ruang makan yang biasa tenang, hari itu berubah menjadi medan kompetisi dan menguji kreativitas kuliner, saat para peserta berlomba mengolah jamur menjadi kreasi lezat dalam *Vegan Cooking Competition 2025*.

Kompetisi ini diselenggarakan dalam rangka “Bulan Tujuh Penuh Berkah” oleh Yayasan Buddha Tzu Chi. Bukan cuma ajang memasak, kompetisi ini dirancang lebih interaktif dibandingkan dengan sekadar demo masak. Panitia berharap peserta bisa berkreasi dan berinovasi, bukan hanya mengikuti resep biasa.

Untuk kompetisi tahun ini, panitia menetapkan jamur sebagai bahan utama. Jamur dikenal sebagai bahan yang mudah diperoleh dan menyimpan potensi kuliner besar. Jamur kaya protein nabati, rendah lemak, kaya serat, serta memiliki tekstur dan cita rasa umami yang kuat. Oleh karena itu, banyak peserta melihat jamur sebagai sahabat ideal bagi masakan vegan.

Sebagai tantangan, sebanyak 15 tim dari komunitas *He Qi* dan badan misi Tzu Chi masing-masing terdiri dari dua orang, bersaing membuat menu dalam waktu

60 menit. Mereka membawa kreativitas, keberanian, dan kolaborasi.

Tantangan Bumbu tanpa Bawang dan Inspirasi dari Nusantara

Salah satu tantangan “kuat” adalah penggunaan bawang yang dilarang dalam masakan vegan. Sebagai gantinya, peserta memutar otak menggunakan rempah dan daun wansui agar aroma tetap harum tanpa bawang.

Tim DAAI TV, yang beranggotakan Shinta Sanly Putri dan Nadya Dharma, memilih tema “jamur nusantara”. Dalam 60 menit, mereka memotong, merebus, menumis, hingga menyajikan hidangan. “Kami membagi tugas agar proses berjalan lancar,” ujar Shinta. Meskipun spontan, mereka berhasil memikat juri dan meraih Juara 2.

“Kami ingin menunjukkan bahwa masakan vegan bisa lezat, menarik, dan sehat,” tambah mereka. Bagi Nadya, yang telah menerapkan pola hidup vegetaris selama lima tahun, kompetisi ini jadi kesempatan membuktikan bahwa makanan nabati tak kalah nikmat dibanding masakan konvensional.

Puncak kompetisi muncul ketika tim *He Qi* Timur, yang terdiri dari Lifhi Joti dan Indriati, diumumkan sebagai Juara

1. Mereka menyajikan menu “*Steak Aceh Potato Mushroom dengan Saus Kecombrang*” yang sukses jadi favorit juri karena harmonisasi rasa, teknik masak, serta unsur lokal.

Meski persiapan mereka hanya dua hari dan melakukan uji coba sehari sebelum lomba, tantangan itu mereka hadapi dengan tekun. Jamur, kentang, dan saus kecombrang diolah dengan cermat agar aroma dan tekstur tetap kuat tanpa elemen hewani. “Kami tidak menyangka akan jadi juara, ini benar benar di luar dugaan,” ujar Lifhi haru.

Membawa Semangat ke Komunitas

Para juri, yaitu Widyanti, Rebecca Halim, Jhonny, Apit Utomo, dan Wenyung, tak hanya menilai rasa, tetapi juga kreativitas dan estetika penyajian. Jhonny menyebut jamur sebagai bahan yang menantang, sebab tiap jenis memiliki karakter berbeda, ada yang mudah langu, ada yang cepat hancur. Namun para peserta mampu menyulapnya menjadi hidangan penuh kejutan.

“Vegetarian itu sebenarnya sederhana. Bedanya hanya pada bahan utama yang menggunakan protein nabati, sedangkan saus dan bumbu bisa sama,” tegas Jhonny.

Jhonny juga menuturkan kompetisi memasak ini bukan hanya untuk mencari pemenang tapi juga menjadi wadah berbagi inspirasi, mendorong kreatifitas, dan memperkuat semangat komunitas.

Senada, Sufei Tan, koordinator kegiatan, berharap semangat itu tumbuh menjadi aksi nyata, “Semoga para peserta pulang dengan inspirasi baru, lalu menciptakan menu vegan di komunitas mereka masing masing.”

Kompetisi memasak ini membuktikan bahwa bervegetarian bukan berarti terbatas pada sayur rebus atau makanan hambar. Justru sebaliknya, bervegetaris ternyata membuka ruang kreativitas untuk menghadirkan hidangan sehat, enak, penuh cita rasa, dan ramah lingkungan. Semangat itulah yang ingin diwujudkan dan telah dibawa pulang oleh para peserta untuk menginspirasi keluarga, teman, dan komunitas mereka. Karena nyatanya setiap piring makanan vegan merupakan langkah sederhana untuk menjaga kesehatan, melindungi bumi, dan menebarkan kebaikan.

Metta Wulandari

Mengasah Kreativitas dan Semangat Bervegetaris dapat dibaca di: <https://qrto.org/9uGILs>





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 68 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: Clarisa, Chandra Septiadi, Desvi Nataleni, Erli Tan, Erlina, Fikhri Fathoni, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari. SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Juliana Santy, Siladhamo Mulyono. DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicitak oleh: PT GRAMEDIA PRINTING BANDUNG (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.

Kamp 4 in 1 Tzu Chi Indonesia 2025

Merawat Tekad Awal dan Menyatukan Langkah

Kamp 4 in 1 Tzu Chi Indonesia 2025 yang berlangsung pada 27-28 September di Aula Jing Si Indonesia dihadiri 733 relawan dari berbagai kota. Mengusung tema *Satu Hati, Satu Tekad, Satu Tujuan*, kegiatan ini menjadi wadah untuk memperkuat tekad awal, memperdalam pemahaman ajaran Master Cheng Yen, dan menyatukan langkah para relawan dalam misi kemanusiaan.

Sesi pembuka dibawakan Hendry Chayadi dengan menyoroti tiga pertanyaan mendasar: dari mana kita datang, untuk apa kita datang, dan ke mana kita pergi. Ia menekankan bahwa memahami niat awal sangat penting, karena tekad yang tulus memungkinkan relawan menghadapi kesulitan dengan ikhlas dan penuh kebijaksanaan.

Apa yang disampaikan Hendry tentang pentingnya tekad awal terasa selaras dengan materi dari Huang Si Hao, penanggung jawab Tzu Chi secara global untuk pengembangan kapasitas dan ketahanan relawan. Si Hao menegaskan bahwa meski niat baik adalah fondasi, relawan juga harus siap menghadapi dunia yang penuh ketidakpastian.

“Dunia terus berubah dengan cepat, penuh bencana dan peperangan yang tak kunjung reda. Dari badai di Kuala Lumpur, banjir di Taiwan, hingga konflik bersenjata, semua ini menunjukkan adanya kekuatan besar di luar kendali manusia,” ungkapnya.

Menurut Si Hao, uang, kedudukan, dan kekuasaan tak mampu menghentikan perang atau bencana. Justru yang dibutuhkan adalah kekuatan kolektif yang ia sebut *Pintu Dharma Tanpa Batas*, kerja sama tanpa batas, kemurahan hati tanpa batas, dan Bodhisatwa tanpa batas.

“Dunia akan selalu membutuhkan pintu Dharma tanpa batas. Maka kita perlu tahu apa itu pintu Dharma Tzu Chi? Pintu Dharma Tzu Chi adalah *Sutra*



Sebanyak 733 relawan Tzu Chi dari berbagai kota di Indonesia berkumpul di Aula Jing Si untuk mengikuti Kamp 4 in 1 2025 yang menjadi ajang penguatan hati, tekad, dan tujuan para relawan Tzu Chi.

Makna Tanpa Batas dan Sutra Teratai,” tegasnya.

Kamp Pelatihan 4 in 1 juga menghadirkan sesi “Kami Selalu Ada” bersama Tim Tanggap Darurat Tzu Chi Indonesia. Para narasumber berbagi pengalaman menangani bencana besar, dari banjir Jakarta 2002 dan 2012 hingga gempa Nepal 2015, dengan relawan, aparat, dan komunitas bahu-membahu mengevakuasi korban, menyediakan logistik, dapur umum, layanan medis, serta membersihkan lingkungan. Pendekatan Tzu Chi tidak hanya meringankan penderitaan sesaat, tetapi juga membangun hunian layak, lapangan kerja, sekolah, dan kesadaran hidup sehat bagi masyarakat terdampak.

Dalam pesan cinta kasihnya, Liu Su Mei, Ketua Tzu Chi Indonesia mengingatkan bahwa perjalanan Tzu Chi di Indonesia telah memasuki usia ke-32 tahun. Ibarat manusia, ini adalah usia produktif yang penuh semangat. Para relawan muda diajak untuk

melanjutkan tekad para senior yang sejak awal bercita-cita mewujudkan empat misi Tzu Chi secara lengkap di Indonesia, termasuk pendirian Tzu Chi University yang masih menjadi pekerjaan rumah bersama.

Liu Su Mei menegaskan bahwa di Tzu Chi, setiap langkah bukan demi diri sendiri, melainkan demi membimbing semua makhluk dan menolong mereka yang menderita. Karena itu, generasi penerus diharapkan mempercepat langkah, mengembangkan tekad, dan melatih diri dengan konsisten. “Di Tzu Chi kita menghimpun niat baik semua orang, menyatukan hati, menumbuhkan keharmonisan, serta menghidupkan semangat saling mengasahi dan gotong royong,” pesannya.

Tim Redaksi Tzu Chi Indonesia

Merawat Tekad Awal dan Menyatukan Langkah dapat dibaca di: <https://qrto.org/XxNhME>



Dari Redaksi

Mengubah Persepsi dan Menyemai Kasih

Bulan ketujuh dalam kalender Imlek sering kali membawa bayang-bayang cerita mistis dan ketakutan yang mendalam bagi mayoritas masyarakat Tionghoa. Namun, di balik segala mitos itu, ada kesempatan untuk kita membuka hati dan mengubah cara pandang. Tzu Chi mengajak kita melihat bulan ini bukan sebagai waktu yang menyeramkan, melainkan sebagai momen penuh berkah yang bisa kita manfaatkan untuk menanam benih kebaikan dalam hidup.

Momen ini mengingatkan kita bahwa berkah lahir dari kesadaran untuk berbuat baik, sekecil apapun itu. Salah satu cara nyata yang diajarkan Tzu Chi adalah melalui pola hidup bervegetaris, yang menghubungkan

rasa kasih sayang kita pada sesama makhluk dan bumi.

Melalui demo masak, sosialisasi, dan lomba memasak vegan, Tzu Chi mengajak kita menyadari bahwa pola hidup ini bukan sesuatu yang rumit, mahal, atau membosankan. Sebaliknya, vegetarian adalah cara sederhana untuk menjaga tubuh, menyejukkan bumi, dan menumbuhkan rasa kasih terhadap semua makhluk hidup. Dan ketika kita memutuskan untuk mengubah pola makan menjadi vegetarian, ini adalah langkah kecil yang membawa dampak besar bagi diri kita dan lingkungan.

Kita hidup dalam dunia yang penuh dengan pilihan, dan setiap pilihan membawa konsekuensi. Bila kita memilih untuk berbelas kasih melalui makanan yang kita konsumsi,

kita sedang menjalankan ajaran cinta kasih dalam kehidupan sehari-hari. Kita belajar untuk tidak hanya peduli pada diri sendiri, tetapi juga pada lingkungan dan makhluk lain yang berbagi dunia ini bersama kita.

Bulan Tujuh Penuh Berkah mengingatkan kita bahwa berkah itu bukan sekadar keberuntungan yang datang tanpa usaha, tapi hasil dari niat baik dan tindakan nyata yang kita lakukan. Dengan membuka hati dan mengambil langkah sederhana, kita mulai melangkahkan di kisah yang penuh kasih, kesadaran, dan perubahan.

Mari kita rayakan bulan ini dengan penuh harapan dan kehangatan. Karena di setiap pilihan, ada berkah yang menanti untuk kita temukan.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Melenyapkan Penderitaan dan Membawa Kebahagiaan dengan Aksi Nyata

*Menuju arah yang sama dengan cinta kasih yang murni tanpa noda
Belajar dan sadar untuk menciptakan aliran jernih dengan kebajikan dan cinta kasih
Berani memikul tanggung jawab untuk memperbaiki kehidupan
Melenyapkan penderitaan dan membawa kebahagiaan dengan aksi nyata*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<http://bit.ly/42NNuKr>

Buddha mengajarkan bahwa setiap orang memiliki hakikat kebuddhaan. Jadi, Buddha ada di dalam hati setiap orang. Allah pun ada di dalam hati orang-orang. Ada yang belajar terlebih dahulu, ada yang belajar belakangan. Orang yang belajar akan tersadar. Bersungguh hati untuk belajar dan berfokus untuk berbuat baik, hendaklah kita bertekad seperti ini. “Di depan altar orang Buddha ini kan ada altar sembahyang, saya bertanya, ‘Nyonya, saya ingin menjadi insan Tzu Chi, apakah bisa?’ Nyonya berkata, ‘Boleh’. Tapi saya *nggak* punya uang saya bilang gitu, lalu ia bilang ‘yang penting kamu punya hati,’” kata Ratna Pujiwati, relawan Tzu Chi Indonesia.

“Assalamualaikum, Shixiong, kata Shixiong, ‘Wa’alaikumsalam’. Shixiong bertanya, ‘Apakah kamu muslim?’ Saya menjawab, ‘Iya, saya muslim’. Di situ saya merasa bahagia sekali, oh ternyata ada orang muslim. Nah terus saya dikasih pengarahan sama beliau, dari situlah tekad saya semakin bulat,” lanjutnya.

“Soalnya begini, ada orang yang fanatik. Mereka tidak mau menerima bantuan dari agama lain, karena takut setelah mereka dibantu, mereka diajak pindah keyakinan ke agama yang membantu,” pungkas Ratna Pujiwati.

Semua agama menunjukkan arah yang sama, yaitu cinta kasih yang murni tanpa noda. Inilah yang disebut agama.

Sesungguhnya, Allah dan Buddha sama-sama membimbing orang menapaki jalan kebajikan dan cinta kasih. Jadi, saat ini, kita menapaki jalan yang sama, yaitu jalan kebajikan. Asalkan sesuatu itu benar, lakukan saja. Pilihlah sesuatu yang dunia ini butuhkan dan sesuatu yang dapat kita

lakukan. Tujuan kehidupan dan pendidikan seumur hidup yang berlandaskan cinta kasih, inilah hal yang benar.

Keteladanan Eka Tjipta Widjaja

Saya sangat bersyukur kepada Tzu Chi Indonesia karena telah melihat perkembangannya selama ini. Di masa lalu, Kali Angke penuh dengan sampah. Bagaimana semua sampah itu tertumpuk di Kali Angke hingga kali itu menjadi begitu kotor? Kini, Kali Angke telah menjadi sungai yang jernih. Ini karena ada banyak orang baik yang bersama-sama mencurahkan cinta kasih.

Pertama kali saya melihat Kali Angke, kotornya sungguh tak bisa dideskripsikan dengan kata-kata. Rumah-rumah di sana juga sangat bobrok. Bagaimana kondisi kehidupan warga setempat? Ada orang yang membuat tahu di sana. Mereka juga menggunakan air kali itu untuk mencuci dan membuat tahu. Segala sesuatu dilakukan di dekat kali itu.

Bapak Eka Tjipta Widjaja, ayah dari Franky O. Widjaja, adalah seorang umat Kristen. Namun, beliau membawa putranya, Franky, menemui saya dan berkata bahwa putranya akan berlandaskan kepada ajaran Buddha. Saat itu, beliau sudah terkenal sebagai salah satu orang terkaya di dunia.

Bapak Eka Tjipta juga membantu menyekop lumpur di tepi kali. Lihatlah, betapa beratnya. Saya menyemangatnya dari sini. Sungguh, momen itu selalu terbayang dalam benak saya. Saya sangat terharu. Beliau sudah berusia 80-an tahun saat itu, tetapi tetap membantu menyekop lumpur. Jadi, momen itu telah terukir dalam ingatan saya.

Siapa yang saya kagumi di dunia ini? Bapak Eka Tjipta yang berani melakukan aksi nyata. Berkat beliau yang memberikan keteladanan, banyak pengusaha Indonesia yang terinspirasi. Tanpa dukungan para pengusaha, perkembangan Tzu Chi Indonesia tidak akan sepesat ini. Berhubung beliau memiliki pengaruh besar, kata-katanya bisa diterima oleh orang-orang. Jadi, beliau menginspirasi para pengusaha dan dengan cepat membawa perubahan di Indonesia.

Saya sering mengulas tentang memperbaiki kehidupan. Kini, saya juga memiliki harapan terhadap India dan Nepal. Saya harap kita dapat memperbaiki pendidikan setempat, mengembangkan misi amal, dan menghimpun kekuatan pengusaha. Inilah yang sangat ingin saya lakukan sekarang.

Saat ini, saya ingin mengajak semua orang untuk bersama-sama berbuat baik bagi dunia dan memberikan ruang kepada orang yang menderita untuk memperbaiki kehidupan. Jangan membiarkan mereka selamanya hidup kekurangan dan tidak memiliki ruang untuk berkembang. Jika semua orang bisa bertekad seperti ini, kesulitan mereka akan perlahan teratasi.

Kini, Tzu Chi Indonesia memiliki kekuatan besar. Ini sungguh tidak mudah. Cinta kasih berawal dari sebutir benih. Saya sering berkata bahwa sebutir benih dapat menghasilkan benih yang tak terhingga. Kini, setiap orang dari kita adalah sebutir benih. Tzu Chi adalah sebuah nama. Kita sama-sama berkesempatan untuk mendedikasikan diri di Tzu Chi. Kita semua berhimpun dengan cinta kasih agung tanpa memandang perbedaan agama.

Semua agama mengajarkan cinta kasih. Hendaklah kita tidak membedakan. Dengan cinta kasih agung, kita mengasih tanpa syarat. Dengan welas asih agung, kita merasa senasib dan sepenanggungan. Saat orang lain terluka, kita turut merasa sakit. Kita turut merasakan kepiluan dan penderitaan orang lain. Inilah yang disebut cinta kasih universal atau cinta kasih agung.

Kita turut merasakan apa yang orang lain rasakan. Sangat mudah untuk mengucapkan kata-kata ini, tetapi tidak semua orang bisa benar-benar merasakan rasa sakit orang lain. Namun, orang yang memiliki hati akan merasakannya dan merasa tidak tega. Saat orang lain terluka, bukan fisik kita yang merasa sakit. Namun, pikiran kita membuat kita merasa bahwa kita seharusnya mengerahkan tenaga untuk membantu mereka. Setelah melakukannya, kita merasa sukacita dan bisa berbagi kisah dengan orang lain.

Setiap orang mungkin menapaki jalan kecil yang berbeda. Namun, berbagai jalan ini akan bertemu di titik yang sama.

Jika ingin melangkah maju, kedua kaki kita harus terus melangkah secara bergantian. Jika tidak, kita tidak akan bisa berjalan maju. Jadi, kedua kaki kita harus terus melangkah secara bergantian. Hendaklah kita bersungguh-sungguh untuk melenyapkan penderitaan dan membawa kebahagiaan. Jadi, dengan welas asih, kita melenyapkan penderitaan dan membawa kebahagiaan. Kita harus terus mengejar kemajuan. Demikianlah kita menggenggam jalinan jodoh.

□ Ceramah Master Cheng Yen Tanggal 14 September 2025
Sumber: Lentera Kehidupan – DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet, Graciela
Ditayangkan Tanggal 16 September 2025

「正念勤修學與覺
精進力行菩薩道」

Ciat Mengembangkan Perhatian Benar untuk Belajar dan Sadar
Tekun dan Bersemangat dalam Mempraktikkan Jalan Bodhisatwa

Master Cheng Yen Menjawab

Mencapai Hati Welas Asih

Ada yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Bagaimana caranya agar bisa mencapai hati welas asih?

Master Cheng Yen menjawab:

Dalam kehidupan sehari-hari kita harus memiliki cinta kasih, kepercayaan diri, dan hati yang lapang untuk berinteraksi dengan orang lain, sehingga semua masalah bisa diselesaikan dengan baik. Berteman dengan orang, harus bisa mencapai, “Tidak ada orang yang tidak saya cintai, tidak ada orang yang saya tidak percaya, tidak ada orang yang saya tidak maafkan”, inilah yang disebut dengan welas asih.

□ Sumber: Buku Kebijaksanaan Murni, Bab 6 (Berbincang mengenai pelatihan diri)

Genta Hati

Bersatu Hati, Harmonis, Saling Mengasih, dan Bergotong Royong Mewujudkan Kekuatan Bajik

Terhadap segala yang terjadi di dunia, kita harus meningkatkan kewaspadaan.

Bagaimana cara menyucikan hati manusia?

Dibutuhkan orang baik dan niat baik untuk menghimpun kekuatan bajik dengan kesatuan hati, keharmonisan, sikap saling mengasih, dan gotong royong.

Ketika hati yang tulus terhimpun, kesatuan hati ini akan terdengar oleh para Buddha dan Bodhisatwa.

Kekuatan manusia, kekuatan Buddha, dan kekuatan orang banyak adalah kekuatan besar pembentuk kedamaian.

Kesatuan hati, keharmonisan, sikap saling mengasih, dan gotong royong bukanlah slogan semata, melainkan harus dipraktikkan secara nyata.

Wejangan Master Cheng Yen pada Kebaktian Pagi Bulan Gelap bulan 8 Imlek, 22 September 2025

TZU CHI BATAM: Pelatihan Relawan

Meneguhkan Cinta Kasih dan Menjalin Jodoh Baik

Sebanyak 136 relawan Tzu Chi Batam mengikuti pelatihan bertema “Menjalankan Praktik Bodhisatwa dengan Cinta Kasih Tanpa Batas”. Pelatihan yang digelar pada Minggu 6 September 2025 ini berbeda dengan sebelumnya karena menghadirkan pembicara langsung dari Tzu Chi Jakarta, yakni Suriadi, ling Felicia, dan Lulu untuk berbagi inspirasi dan pemahaman dalam memperkuat semangat welas asih relawan.

Suriadi membagikan materi dengan tema “Transformasi Tzu Chi dari Langkah Kecil ke Misi Besar”. Ia memaparkan perjalanan panjang Tzu Chi yang inspiratif dalam mengembangkan misi kemanusiaan. Berawal dari tekad sederhana untuk menolong sesama, Tzu Chi kini memajukan semangat kerelawanan dengan perkembangan teknologi digital dan memberikan dampak yang lebih luas bagi masyarakat.

Sesi berikutnya disampaikan ling Felicia dengan tema Pendidikan Humanis Inspirasi Teladan. Dalam paparannya, Felicia menegaskan bahwa

pendidikan seharusnya menjadi sarana untuk membentuk anak yang sehat, bahagia, dan berkarakter kuat.

Pelatihan dilanjutkan dengan materi yang dibawakan oleh Lulu dengan tema “Belajar Menuju Kesadaran Melalui Perjalanan Bodhisatwa.” Lulu mengajak para relawan untuk melatih diri karena setiap perjalanan hidup pasti penuh tantangan, namun di balik setiap tanggung jawab yang berat tersimpan pelajaran berharga.

Dalam pelatihan ini, terjalin kembali jodoh baik antara Lulu dan Nurhasanah yang sebelumnya merupakan penerima bantuan operasi bedah plastik akibat luka bakar. Melalui program “Mimpi Jadi Nyata” yang digagas Lulu, ia bahkan berhasil dipertemukan kembali dengan ibunya setelah terpisah selama 20 tahun. Dengan haru, Nurhasanah mengucapkan terima kasih atas pendampingan penuh cinta kasih yang telah ia terima selama hampir 19 tahun. Kini, ia aktif menjadi relawan Tzu Chi di Selatpanjang meneruskan cinta kasih yang pernah ia terima dengan mengulurkan tangan bagi sesama.

□ Wendy (Tzu Chi Batam)



Dengan cinta kasih dan semangat kebersamaan, relawan Tzu Chi Batam terus melangkah dalam jalan Bodhisatwa. Salah satunya dengan mengadakan serangkaian pelatihan-pelatihan bagi relawan.



Kho Ki Ho (Tzu Chi Pekanbaru)

Tzu Chi Pekanbaru mengadakan Doa Bersama Bulan Tujuh Penuh Berkah untuk mengajak masyarakat melihat bulan ini sebagai bulan penuh sukacita, bulan berbakti, dan bulan penuh berkah.

TZU CHI PEKANBARU: Bulan Tujuh Penuh Berkah

Doa Bersama Bulan Tujuh Penuh Berkah

Bulan tujuh dalam penanggalan Lunar kerap dianggap penuh mitos dan hal negatif. Namun, melalui Doa Bersama Bulan Tujuh Penuh Berkah pada Jumat, 5 September 2025, Tzu Chi Pekanbaru mengajak masyarakat melihatnya sebagai bulan sukacita, bakti, dan berkah. Acara di Kantor Tzu Chi Pekanbaru ini dihadiri 151 tamu undangan dan 110 panitia.

Kegiatan dibuka dengan prosesi persembahan makanan oleh 34 peserta. Prosesi ini bertujuan melindungi kehidupan lewat praktik vegetarian sekaligus menghimpun kebajikan demi keselamatan semua makhluk.

Sejak dahulu, praktik tulus bervegetaris diyakini sebagai cara memohon keselamatan, kesejahteraan, dan kedamaian, serta hingga kini terus dipertahankan di berbagai belahan dunia. Selain persembahan makanan, relawan Tzu Chi Pekanbaru

memadukan lantunan *Sutra Makna Tanpa Batas* dengan senam sehat agar peserta dapat mendengarkan Dharma sambil menyehatkan tubuh dan batin. Acara dilanjutkan dengan persembahan pelita, buah, dan bunga.

Rangkaian kegiatan mencakup *Persamuan Dharma Bagai Air*, bagian dari *Sutra Makna Tanpa Batas* (Bab Pembabaran Dharma), yang dipandu relawan Tzu Chi, Atina. Ia mengaku mendapat banyak pelajaran dari sesi ini.

“Dari persamuan ini kita belajar bahwa Dharma itu bagaikan air yang bisa membersihkan kotoran batin. Ikut persamuan ini batin saya lebih bahagia, lebih bisa menerima,” jelasnya.

Melalui kegiatan ini, Tzu Chi Pekanbaru berharap masyarakat dapat memandang bulan tujuh tidak lagi sebagai bulan yang menakutkan, melainkan sebagai bulan penuh berkah.

□ Arya Putra, Pricilia, Kho Ki Ho (Tzu Chi Pekanbaru)

TZU CHI TEBING TINGGI: Baksos Kesehatan Umum dan Penyuluhan Mulut dan Gigi

Tebar Cinta Kasih Lewat Baksos Kesehatan di Pematang Siantar



dok. Tzu Chi Medan

Layanan kesehatan Tzu Chi di Pematang Siantar pada 7 September 2025 berhasil melayani 325 warga warga kurang mampu dengan penuh cinta kasih dan kepedulian.

Sebagai wujud nyata dalam menyebarkan cinta kasih melalui misi kesehatan, relawan Tzu Chi di Pematang Siantar kembali mengadakan bakti sosial pemeriksaan kesehatan umum, Minggu pagi, 7 September 2025. Baksos yang digelar di Sekolah Perguruan Sultan Agung di Jalan Surabaya ini ditujukan bagi para petugas kebersihan, petugas parkir, seniman bangunan, asisten rumah tangga, ataupun warga yang memiliki tunggakan iuran BPJS.

Sebanyak 325 pasien mengikuti pemeriksaan dengan tertib dan rapi. Sebanyak 29 relawan dan 30 sukarelawan ditambah 84 tenaga medis Tzu Chi (TIMA) dan selain TIMA bekerja sama menyelesaikan baksos ini. Mulai dari alur pendaftaran, cek berat badan dan tensi darah, screening, cek darah, pemeriksaan dokter, sosialisasi Tzu Chi, dan penerimaan obat.

Salah satu pasien Lansia bernama Rubisa (75) sangat senang dengan

pemeriksaan kesehatan gratis ini. “Saya merasa puas atas baksos kesehatan ini sehingga saya bisa tahu semua penyakit yang ada pada saya,” katanya.

Linda, koordinator kegiatan, bersyukur karena bisa bersumbangsih. “Sangat *Gan En* atas banyaknya peserta yang hadir, relawan juga bisa berinteraksi langsung dengan masyarakat serta mengedukasi kita semua pentingnya hidup sehat.”

Penyuluhan kesehatan gigi juga diberikan oleh relawan dokter spesialis gigi kepada anak-anak sekolah Perguruan Sultan Agung beserta anak Asuh dari Panti Sumber Pengharapan, Panti Grace House. Pemeriksaan kali ini mencakup Poli umum, Poli anak, Poli THT, Poli kulit, dan Poli kejiwaan. Terlihat para relawan dengan sabar menemani pasien seperti keluarga sendiri mengantarkan ke dokter agar mendapatkan diagnosa yang tepat.

□ Iwan (Tzu Chi Medan)



Marcello Ryandi (Tzu Chi Palembang)

Dengan penuh kehangatan, relawan dan tim medis Tzu Chi Palembang melayani warga dalam bakti sosial pengobatan umum yang diadakan di SDN 32 Palembang.

TZU CHI PALEMBANG: Baksos Kesehatan

Ratusan Warga Terbantu dalam Baksos Kesehatan

Kesehatan adalah kebutuhan mendasar setiap orang, namun tak semua mampu menjangkaunya. Banyak masyarakat yang terkendala biaya, akses, dan keberanian untuk berobat. Menyadari hal itu, Tzu Chi Palembang menggelar Bakti Sosial Kesehatan Pengobatan umum pada Minggu, 14 September 2025 di SDN 32 Palembang.

Baksos kesehatan kali ini melibatkan 46 dokter, 32 apoteker, 14 analis, 30 perawat, dan tiga bidan. Sebanyak 591 pasien mendapatkan pemeriksaan langsung di lokasi, sementara 58 pasien lainnya dikunjungi melalui *home visit*.

Sepekan sebelumnya, 7 September 2025, sebanyak 112 relawan telah membagikan 810 kupon berkoordinasi dengan RT/RW setempat. Pendataan dilakukan hingga dapat menjangkau warga yang membutuhkan, termasuk mereka yang sakit parah hingga harus dikunjungi langsung di rumah.

“Daerah ini memang termasuk wilayah dengan banyak warga yang

membutuhkan. Antusias masyarakat pun sangat tinggi. Banyak pasien yang sakit tapi tidak bisa ke rumah sakit, sehingga kami melakukan *home visit*. Harapannya, masyarakat tidak takut berobat dan bisa tetap mendapat layanan kesehatan meski terkendala biaya, waktu, atau kondisi fisik,” jelas drg. Sefy, relawan TIMA Palembang yang turut mengkoordinir baksos kali ini.

Baksos kesehatan ini tidak hanya menghadirkan manfaat bagi pasien, tetapi juga menjadi pengalaman berharga bagi 116 relawan yang turut berkontribusi. Dari sinilah menginspirasi lahirnya relawan baru, salah satunya Hardi (49), yang kini memilih untuk ikut mengabdikan setelah sebelumnya pernah menjadi penerima manfaat.

“Di sini kita belajar toleransi. Saya berharap kegiatan ini terus ditingkatkan, karena di tengah kesulitan ekonomi, masyarakat sangat terbantu untuk mendapatkan pelayanan kesehatan,” ungkapnya haru.

□ Megawati (Tzu Chi Palembang)

TZU CHI CABANG SINAR MAS: Bakti Sosial Kesehatan Umum dan Gigi

Layanan Kesehatan Bagi Warga Desa Kedungbocok, Sidoarjo

Menyambut HUT ke-53 Pabrik Kertas Tjiwi Kimia yang jatuh pada 2 Oktober 2025, relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas komunitas *Xie Li* Sidoarjo 1 menggelar bakti sosial kesehatan umum dan gigi pada Sabtu (13/9/25). Kegiatan yang dipusatkan di Balai Desa Kedungbocok, Kec. Tarik, Kab. Sidoarjo, Jawa Timur ini berhasil melayani 504 pasien, terdiri dari 397 pasien umum dan 107 pasien gigi.

Pemeriksaan kesehatan ini dimanfaatkan oleh Muhammad Sobir (54) yang sehari-hari berdagang kecil-kecilan. Ia mengeluhkan badannya deman, pegal, dan juga sariawan. “Saya bersyukur kalau bisa ya tiap tahun atau enam bulan sekali diadakan seperti ini. Sangat membantu pada masyarakat *wong gak nduwe, wong ngisoran* (orang tidak mampu, orang kecil-red) seperti saya ini pedagang biasa,” ucapnya.

Hal serupa juga dirasakan Nuril Masriyah (54), seorang guru Taman

Pendidikan Alquran (TPA) yang berbahagia mendapat pemeriksaan kesehatan gratis. Ia mengeluhkan kolesterol yang beberapa waktu terakhir mengganggu aktivitasnya. “Berobat gratis ya senang, bisa cek darah, kolesterol. Harapannya saya sehat terus,” ujarnya.

Selain masyarakat umum, bakti sosial ini juga dimanfaatkan siswa SDN Kedungbocok dan SMPN 2 Kedungbocok. Salah satunya Nuri Maulidasari, siswa kelas 7 SMPN 2 Kedungbocok. Ia menambalkan 2 giginya yang berlubang.

Kelancaran bakti sosial ini tak lepas peran dari relawan Tzu Chi International Medical Association (TIMA) Jakarta dan Surabaya, relawan Tzu Chi Surabaya, Sindopex Perotama, Univenus, RS Citra Medika, CSR, Kopkar, SPSI Tjiwi Kimia, Bank Sinarmas Surabaya, dan Paguyuban Sinar Mas Jawa Timur.

□ Widodo (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)

TZU CHI SURABAYA: Program Bebenah Kampung

Senyum Syukur Warnai Renovasi Rumah

Relawan Tzu Chi Surabaya terus melaksanakan program renovasi rumah dengan target 500 rumah layak huni bagi warga Kota Pahlawan. Ketua Tzu Chi Surabaya, Vivian Fan, menegaskan komitmen membantu sesama ini dimulai dari lingkungan terdekat agar cinta kasih relawan dapat langsung dirasakan warga sekitar Kantor Tzu Chi Surabaya.

Agar tepat sasaran, Tzu Chi bekerja sama dengan pemerintah setempat dalam memilah data penerima manfaat. Setelah Kelurahan Jagir, kini giliran Kelurahan Ngagel Rejo, Kecamatan Wonokromo yang menjadi lokasi survei pada Kamis, 11 September 2025. Sebanyak 24 warga disurvei oleh 7 tim relawan Tzu Chi dengan didampingi para kader wilayah.

Salah satu calon penerima bantuan renovasi rumah adalah Suhartini, warga Ngagel Rejo Utara yang rumahnya kerap kali bocor saat hujan. Dengan senyum lebar, ia berterima kasih karena rumahnya menjadi salah satu yang

ditargetkan mendapatkan bantuan renovasi. Ketua RT 8 RW 1, Sukisman, juga menyampaikan apresiasi karena warganya kini bisa hidup lebih nyaman.

“Saya berterima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi karena lewat program ini warga saya bisa merenovasi rumahnya. Ibu Suhartini ini memang sangat membutuhkan karena setiap kali hujan yang ditakutkan adalah kebocoran rumah yang membuat terganggu saat istirahat di rumah,” ujarnya Sukisman.

Usai survei, relawan Tzu Chi Surabaya segera mengumpulkan dan merapikan data calon penerima manfaat renovasi rumah. Suasana penuh cinta kasih terasa jelas dalam setiap pertemuan relawan bersama penerima bantuan. Seperti pesan Master Cheng Yen: Hal yang paling menenteramkan batin manusia adalah ketika ia memiliki kemampuan, lalu segera bersumbangsih, memberi manfaat bagi orang banyak, dan menciptakan berkah bagi masyarakat.

□ Diyang Yoga W (Tzu Chi Surabaya)



Dok. Tzu Chi Surabaya

Dengan semangat cinta kasih, relawan Tzu Chi Surabaya melakukan survei ke rumah calon penerima bantuan program renovasi rumah di Kelurahan Ngagel Rejo, Surabaya.



Dok. Tzu Chi Cabang Sinar Mas

Relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas komunitas *Xie Li* Sidoarjo 1 gelar bakti sosial kesehatan di HUT ke-53 Tjiwi Kimia dengan melayani 504 warga Desa Kedungbocok.

Anita (Relawan Tzu Chi Batam)

Mengenggam Berkah dan Menjalin Jodoh Baik



Andy Tan (Tzu Chi Batam)

Setelah dilantik menjadi relawan Abu Putih, saya dipercaya menjadi Wakil Ketua *Xie Li* Teluk Tering. Kemudian pada tahun 2022, saya mendapat tanggung jawab yang lebih besar sebagai Wakil Ketua *Hu Ai* Batam Centre. Jika di *Xie Li* lingkup relawan yang saya rangkul masih kecil, maka di *Hu Ai* jauh lebih besar karena melibatkan komunitas dan fungsionaris. Sebagai wakil *Hu Ai*, saya harus mampu merangkul lebih banyak relawan untuk mengambil tanggung jawab. Yang namanya komunitas pasti ada perbedaan pendapat, tetapi justru di situlah ladang berkah saya karena dari situ saya bisa menjalin jodoh dengan semua relawan.

“Perbuatan baik harus dilakukan bersama-sama supaya memiliki kekuatan untuk saling menginspirasi.”

Menjadi Wakil *Xie Li* maupun Wakil *Hu Ai* adalah sebuah point plus bagi saya. Saya jadi lebih mengenal relawan satu per satu sehingga tahu bagaimana menempatkan mereka pada posisi tertentu. Hal itu sangat memudahkan saya dalam mengkoordinasikan berbagai kegiatan Tzu Chi. Contohnya, pada Pekan Amal Tzu Chi Batam, saya dipercaya sebagai wakil ketua perlengkapan dan peralatan. Karena aktif di komunitas, saya bisa memetakan relawan yang saya butuhkan untuk mendukung saya, dan beruntung sekali tim saya sangat solid.

Sebelum acara, kami sudah mempersiapkan perlengkapan, membersihkannya dari gudang, lalu H-1 semua sudah siap di 57 stan makanan, minuman, hingga *snack*. Kami juga sudah identifikasi kebutuhan tiap stan, bahkan menyiapkan tim *standby* untuk *refill*.

Namun, di hari pertama penggunaan perlengkapan sekali pakai justru jauh di luar perkiraan, bahkan dua kali lipat lebih besar dari rencana kami. Padahal perlengkapan untuk makan di tempat tidak berputar dengan lancar. Situasi makin sulit karena bertepatan dengan libur nasional 17 Agustus, banyak toko yang tutup setengah hari. Kami harus cepat mengecek stok dan segera memesan. Itu menjadi tantangan terberat saya dan tim.

Setelah hari pertama selesai, kami kumpulkan relawan dan melakukan evaluasi. Kami perbaiki sistem, menghimbau setiap stan untuk mengurangi penggunaan perlengkapan sekali pakai. Hasilnya, di hari kedua kegiatan berjalan lebih lancar dan efektif. Pemakaian perlengkapan sekali pakai turun hingga 50%. Dari 1.000 sendok-garpu sekali pakai yang disediakan, hanya 50 pcs yang benar-benar terpakai selama dua hari. Menurut saya, dari sisi pelestarian lingkungan, Pekan Amal kali ini bisa dikatakan sukses.

Setiap mengemban tanggung jawab, saya selalu mengingat ajaran Master Cheng Yen, “*Sambil bekerja kita belajar, sambil belajar kita bekerja, dan kita renungkan.*” Saya percaya, perbuatan baik harus dilakukan bersama-sama supaya memiliki kekuatan untuk saling menginspirasi. Semangat saya bersama para relawan ingin saya wariskan kepada generasi berikutnya.

Itulah sebabnya hasil penjualan Pekan Amal Tzu Chi Batam 2025 kali ini akan digunakan untuk pembangunan *Tzu Chi School* di Batam. Harapan saya, sekolah ini nantinya akan melahirkan generasi yang memiliki nilai-nilai luhur dan mampu menyebarkan cinta kasih universal.

□ Seperti yang dituturkan kepada Rizky Afifah (Tzu Chi Batam)

Gempa Palu tahun 2018 menjadi awal jalinan jodoh saya dengan Tzu Chi. Awalnya saya hanya berniat untuk berdana membantu para korban bencana. Namun, para relawan Tzu Chi Batam mengajak saya untuk tidak sekadar menyumbang, melainkan juga ikut menggalang dana. Saya pun turun ke jalan dan ke pasar bersama relawan. Melihat semangat mereka dalam menggalang dana membuat saya semakin tertarik untuk mengenal Tzu Chi lebih dalam. Saya sempat berkata pada diri sendiri, “Ternyata selain materi saya juga bisa berbuat sesuatu. Suatu pengalaman yang tidak pernah saya pikirkan sebelumnya.”

Kilas

Baksos Degeneratif

Penuh Kehangatan untuk Menyembuhkan



Rosy Velly Salim (He Qi Pusat)

Minggu, 14 September 2025, relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Pusat bekerja sama dengan *Tzu Chi International Medical Association (TIMA)* Indonesia, Wanita Katolik Lourdes, dan Ibu PKK kel. Cempaka Baru, kembali mengadakan bakti sosial kesehatan degeneratif untuk yang ketiga kalinya. Kali ini, kegiatan berlangsung di Kapel Lourdes, Cempaka Baru, Kemayoran, Jakarta Pusat, dan berhasil melayani 82 pasien dengan dukungan 45 relawan.

Siti Mustraliyah (74), salah satu pasien yang hadir mengaku sudah tiga kali mengikuti baksos ini dan merasa sangat cocok dengan layanannya.

“Senang, ini sudah ketiga kalinya. Dokter memberi saya banyak saran, terutama untuk mengurangi konsumsi nasi, dan bumbu MSG. Obat yang diberikan juga benar-benar membantu. Sekarang kondisi saya jauh lebih baik. Saya bersyukur bisa dapat obat, vitamin sendi, bahkan sarapan pagi gratis, terima kasih Tzu Chi,” ujar Siti.

□ Rosy Velly Salim (He Qi Pusat)

Kamp Humanis DAAI TV

Menyatukan Hati, Menyebarkan Inspirasi

Pada tahun ini, DAAI TV berulang tahun ke-18 yang kemudian menjadi momentum untuk menghadirkan nilai-nilai tersebut secara lebih nyata melalui aksi langsung di tengah masyarakat. Karena itu, pada 12–13 September 2025 DAAI TV menyelenggarakan Kamp Humanis Karyawan DAAI TV bertema *Satu Aksi, Ribuan Inspirasi* yang selaras dengan tema perayaan ulang tahunnya.

Dalam Kamp yang diadakan di Tzu Chi Center ini, karyawan DAAI TV diajak untuk mendalami Tzu Chi, memahami Misi dan Visi DAAI TV, serta menanamkan filosofi *gan en* (bersyukur), *zhung zong* (menghormati), *ai* (cinta kasih), dan Tata Krama Tzu Chi.

Elisa Tsai, CEO DAAI TV Indonesia pada kesempatan ini juga membagikan semangat kepada 142 karyawan DAAI TV tentang segala hal yang dikerjakan dengan kesungguhan hati akan memiliki nilai yang sangat berharga.

“Segala sesuatu yang kita sebarkan bisa memotivasi dan menginspirasi, sehingga tumbuh harapan dan optimisme dalam kehidupan ini,” jelas Elisa.

□ Suyanti Samad (He Qi Timur)



Suyanti Samad (He Qi Timur)

Kunjungan Kasih

Berbagi Kasih di Panti Werdha



Plen Ong (He Qi PIK)

Dalam rangka *Bulan Tujuh Penuh Berkah*, relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* PIK mengadakan kunjungan kasih dan berbagi makanan siang kepada para opa dan oma di Panti Werdha Wisma Mulia, Jelambar, pada Kamis, 11 September 2025.

Untuk menghibur para penghuni panti, relawan Tzu Chi kemudian mempersembahkan isyarat tangan *Yi Chia Ren (Satu Keluarga)*, yang melambangkan bahwa kita semua adalah satu keluarga besar tanpa memandang suku, bangsa, atau agama.

Selain itu, relawan Tzu Chi juga membawakan makan siang berupa nasi hainam vegetarian dan kue lobak yang dimasak oleh relawan Tzu Chi. “Di Bulan Tujuh Penuh Berkah ini, kita galang hati untuk menyosialisasikan makanan vegetarian kepada oma opa di panti werdha ii. Dengan niat baik dan cinta kasih, kita bisa menjalin jodoh baik dengan semua makhluk,” kata Tina, salah satu relawan.

□ Plen Ong (He Qi PIK)

Kunjungan ke Tzu Chi Indonesia

Berbagi Ilmu dan Mempererat Persaudaraan

Pada Jumat, 12 September 2025, relawan Tzu Chi Indonesia menyambut hangat kedatangan 28 relawan Tzu Chi Malaysia di Tzu Chi Hospital, PIK, Jakarta Utara. Kunjungan ini bertujuan untuk belajar dan berbagi ilmu dengan relawan Tzu Chi Indonesia.

Chen *Shun Fu*, salah satu relawan Tzu Chi Malaysia, merasa Tzu Chi Indonesia telah berpengalaman dalam pelaksanaan Empat Misi Tzu Chi yang diamanatkan Master Cheng Yeng. “Kami rasa Tzu Chi Indonesia telah menjadi satu yayasan yang bisa membantu negara, yang bisa menstabilkannya. Terutamanya hubungan Tzu Chi dengan masyarakat Indonesia cukup mendalam,” ucap Chen *Shun Fu*.

Pertemuan insan Tzu Chi dari kedua negara ini juga mempererat ikatan persaudaraan antara Tzu Chi Indonesia dan Malaysia. “Tzu Chi Malaysia dan Indonesia kita selalu seperti saudara yang paling akrab. Kita selalu senang sekali datang ke Indonesia karena seperti di rumah,” tambahnya.

□ Fikhri Fathoni



Fikhri Fathoni

Cermin

Putri dan Mutiara Air

Pada zaman dahulu, ada seorang raja yang sangat menyayangi putrinya. Jadi, ia membangun sebuah taman bunga yang sangat indah untuk putrinya. Saat matahari menyinari kolam, gelembung air terlihat berwarna-warni. Tuan putri sangat gembira melihatnya. Dia lalu berkata kepada ayahnya.



Ilustrasi: Arimami Suryo A.

“Saya menginginkan mutiara-mutiara di dalam air ini.” Raja pun berkata. “Ini adalah mutiara air, tak bisa diambil hanya bisa dikagumi.” Tuan putri berkata, “Saya tidak peduli, saya tetap menginginkannya.”

Raja sungguh tidak berdaya untuk mengeluarkan gelembung-gelembung air tersebut. Raja lalu mengeluarkan pengumuman bahwa dalam tujuh hari, harus ditemukan orang yang bisa mengeluarkan gelembung air untuk tuan putri. Jika tidak, orang yang menjalankan tugas itu akan dipenggal. Berhubung batas waktunya hampir tiba, semua orang sangat tegang.

Kemudian, datang orang bijak dari daerah lain. Dia melihat pengumuman itu dan orang yang menjalankan tugas tersebut merangkul keluarga mereka sambil menangis. Dia lalu mencabut kertas pengumuman itu dan berjalan ke istana. Orang bijak itu berkata. “Saya meminta tuan putri hadir untuk memilih mutiara.” Tuan putri sangat gembira dan pergi ke tepi kolam.

“Tuan putri, mutiara mana yang kamu

inginkan?” kata orang bijak. Tuan putri pun mulai memilih. “Saya menginginkan yang ini, ini, dan ini.” Orang bijak itu berkata, “Tuan putri, saya akan memberimu alat ini. Jika kamu bisa menyauk mutiaranya, ia bisa dibuat menjadi kalung mutiara.” Namun, begitu tuan putri menyaukannya, gelembung air pun pecah. Dia kembali mencobanya. Gelembung airnya tetap pecah.

Tuan putri sangat marah dan berkata, “Mengapa saya tidak bisa mendapatkannya? Benda ini sama sekali tidak nyata.” Orang bijak ini pun berkata, “Benar, tuan putri saja tidak bisa menyaukannya, siapa yang bisa menyaukannya? Mutiara air tidaklah nyata. Mereka hanyalah gelembung yang ditimbulkan oleh air yang mengalir dari tempat yang tinggi ke tempat yang rendah.” Orang bijak itu kembali berkata, “Air yang mengalir akan menimbulkan busa. Busa adalah sebutan lain dari air atau air adalah sebutan lain dari busa? Gelembung adalah sebutan lain dari air atau air adalah sebutan lain dari gelembung? Tuan putri, jika kamu bisa menjawabnya, saya bisa menyauk mutiaranya untukmu.”

Tuan putri terus berpikir dan menjawab, “Baik air, busa, maupun gelembung, semuanya sama, hanyalah air.” Lalu orang bijak pun berkata, “Benar, semuanya hanyalah air. Air memang terus mengalir, mengalami perubahan, dan tidak kekal. Demikian pula dengan kehidupan manusia.” Demi mendalami prinsip kebenaran, tuan putri berkata pada raja, “Saya tidak menginginkan mutiara air lagi. Saya ingin orang bijak ini tinggal di sini dan menjadi guru saya.”

Sejak saat itu, tuan putri mendengar Dharma sehingga bisa menemukan jalan yang benar dan bertindak secara nyata untuk membawa manfaat bagi rakyat. Dia menjadi penasihat terbaik raja dan putri yang bijaksana.

□ Penerjemah: Desvi Nataleni,
Penyelaras: Arimami Suryo A.
Sumber: Master Cheng Yen Bercerita

Info Sehat



Cegah Cacingan Sejak Dini

Oleh: dr. Valentina Lini Gunawan, Sp.A
(Dokter Spesialis Anak Tzu Chi Hospital)



Cacingan pada anak bisa terjadi karena menelan telur cacing dari makanan atau air yang tidak bersih. Telur cacing juga dapat ditularkan melalui tanah yang terkontaminasi. Telur cacing pada tanah yang terkontaminasi tadi bisa menempel di tangan, kuku, mainan kemudian masuk ke mulut. Cacing-cacing ini lalu menetas di dalam tubuh, bisa berkembang biak, bahkan bisa bermigrasi ke organ tubuh lain, sehingga menimbulkan kerusakan jaringan. Hal inilah yang menyebabkan sakit dan bahkan dalam kasus yang parah bisa mengancam nyawa.

Lalu, apa saja gejala cacingan yang perlu diwaspadai? Pada infeksi cacing ringan, gejalanya seringkali tidak tampak khas. Gejala cacingan yang perlu diwaspadai: lesu, tidak bersemangat, mengantuk, pucat.

Infeksi cacing juga berpengaruh pada pencernaan dan penyerapan makanan, sehingga dapat menyebabkan anak-anak kekurangan gizi. Selain itu, anak juga dapat mengeluhkan adanya sakit perut, diare, gatal juga di daerah anus. Anak yang menderita infeksi cacing mempunyai risiko tinggi mengalami gangguan nutrisi, gangguan tidur, gangguan tumbuh kembang, dan penurunan prestasi belajar. Jika orang tua sudah menyadari adanya gejala di atas, segera datang ke rumah sakit dan jangan ditunda.

Bagaimana mencegahnya?

1. Diperlukan perilaku hidup bersih dan sehat.
2. Mencuci buah dan sayur sebelum dikonsumsi.
3. Pencegahan infeksi juga dapat dilakukan dengan pemberian obat cacing sejak anak berusia 2 tahun.

Ingat, cacingan bukan masalah sepele! Jika dibiarkan bisa mengganggu kesehatan anak dalam jangka panjang. Jadi, jangan lupa untuk selalu menjaga kebersihan dan rutin melakukan pemeriksaan.

Sedap Sehat



Foto: Arimami Suryo A.

Pallubasa

Bahan-bahan:

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| • 350 gr daging mutton vegan | • 1 ½ sdt garam |
| • 50 gr kelapa parut, sangrai | • 3 sdm air asam jawa |
| • 2 batang serai | • 2 sdt kaldu jamur |
| • 5 cm lengkuas | • 1 sdm kecap manis |
| • 3 cm kayu manis | • 1.500 ml air |
| • 5 buah cengkeh | • 5 sdm minyak sayur |
| • 2 sdt gula jawa | |

Bumbu halus:

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| • 16 buah cabai keriting merah | • 2 cm jahe |
| • ½ sdt pala bubuk | • 1 sdt ketumbar bubuk |
| • ½ sdt jinten | • ½ sdt kunyit bubuk |

Semua bumbu halus ditumbuk/blender halus

Cara Memasak:

1. Panaskan minyak dalam wajan, lalu tumis bumbu halus hingga harum.
2. Masukkan daging mutton vegan, serai, lengkuas, cengkeh, kayu manis, dan gula jawa. Aduk ampai rata.
3. Tuang air kedalam masakan, diamkan sampai mendidih, lalu masukkan kaldu jamur, garam, kecap manis, air asam, dan kelapa sangrai. Masak dengan api kecil selama 25 menit sampai air agak menyusut. Angkat dan siap disajikan.

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara



Ragam Peristiwa



BANTUAN BANJIR DI BALI (13 SEPTEMBER 2025)

PERHATIAN BAGI KORBAN. Tim Tanggap Darurat (TTD) Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia membagikan bantuan bagi korban banjir bandang di Denpasar, Bali. Bantuan yang diberikan berupa 40 paket bantuan banjir berisi handuk, sarung, selimut, dan peralatan mandi. Selain itu, relawan juga memberikan uang pemerhati bagi ahli waris 17 keluarga korban meninggal dunia akibat peristiwa banjir tersebut.

Anand Yahya



EXSCHOOL GRATEFUL DI KAMAL MUARA (13 SEPTEMBER 2025)

BERINTERAKSI DAN BERBAGI. Sebanyak 23 murid kelas 10 Tzu Chi School mengikuti kegiatan *Exschool Grateful* dan Kelas Budi Pekerti di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Nurul Islam, Kamal Muara bersama relawan Tzu Chi. Pada kegiatan ini, murid MI Nurul Islam dan siswa Tzu Chi School saling berinteraksi dengan *games* dan tanya jawab dengan tujuan agar anak-anak bisa lepas dari *gadget*.

Indra Gunawan (He Qi Angke)



SERAH TERIMA RENOVASI RUMAH DI KAB. TANGERANG (17 SEPTEMBER 2025)

WUJUD NYATA KEPEDULIAN. Suasana haru dan bahagia menyelimuti peresmian Program Gotong Royong Renovasi Rumah Merah Putih. Dari target 500 rumah, sebanyak 115 unit rumah telah direnovasi oleh Kementerian PKP, Tzu Chi, dan ASG. Selain menyerahkan kunci, Menteri PKP dan Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia didampingi Bupati Tangerang berkesempatan mengunjungi rumah yang telah direnovasi dan melihat perubahannya.

Arimami Suryo A.



FESTIVAL BEASISWA MERAH PUTIH (20 SEPTEMBER 2025)

DUKUNGAN BAGI PENDIDIKAN YANG SETARA. Kemenko PMK berkolaborasi dengan Tzu Chi, serta lintas sektor menghadirkan acara Pesta Beasiswa Rakyat Indonesia yang diikuti ribuan peserta. Pesta Beasiswa Rakyat Indonesia menjadi ruang temu strategis antara pemerintah, institusi pendidikan, komunitas, pelajar, dan masyarakat umum untuk bersama-sama memperjuangkan kesetaraan akses pendidikan di seluruh penjuru tanah air.

James Yip (He Qi Barat 2)

台灣佛教慈濟基金會 印尼分會
YAYASAN BUDDHA TZU CHI INDONESIA

Anda bisa dengan mudah mendapatkan informasi seputar donasi, cara menjadi relawan, permohonan bantuan, dan lainnya.

+62 852-8009-5599

Hati-hati penipuan, kami tidak memungut biaya apa pun.

WhatsApp
Official Tzu Chi



Scan untuk memulai