No. 149 | Desember 2017

Buletin Tzu Chi

Menebar Cinta Kasih Universal

www.tzuchi.or.id
@tzuchiindonesia
Tzu Chi Indonesia

天堂和地獄，
都是由心和行為所造作。

Pikiran dan perilaku kita sendiri yang menciptakan dan menentukan surga atau neraka.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi

http://q-r.to/babzmh

Tzu Chi Indonesia

ANDROID APP ON Google Play

Download on the App Store

Khusnul Khotimah

Tzu Chi bekerja sama dengan Badan PBB urusan pengungsi (UNHCR), dan CWS mengadakan baksos kesehatan gigi bagi para pengungsi asal Timur Tengah, Afrika, dan lainnya.

Baksos Kesehatan Gigi

Mengembalikan Senyum Pencari Suaka

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia merespon kebutuhan kesehatan para pengungsi yang saat ini tinggal sementara di Indonesia.

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bersama *Tzu Chi International Medical Association* (TIMA) mengadakan Baksos kesehatan gigi bekerjasama dengan badan urusan pengungsi Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) UNHCR dan *Church World Service* (CWS). Baksos kesehatan gigi yang dilaksanakan pada tanggal 1 November 2017 di Kantor CWS ini diikuti hampir seratus pengungsi yang ada di Jakarta. Mereka tinggal dan berbaur di tengah masyarakat. Ada yang di Manggarai, Tebet, Pasar Minggu, Petamburan, dan Ciputat.

Menurut Andi Juanda, program manager dari CWS, baksos yang digelar Tzu Chi Indonesia ini sungguh tepat guna dan tepat sasaran. "Sebelumnya kami melakukan *assessment* kepada pengungsi, sebenarnya layanan kesehatan seperti apa sih yang mereka butuhkan. Karena sebenarnya mereka bisa mengakses layanan kesehatan dasar di Puskesmas yang biayanya cukup terjangkau," kata Andi.

Setelah melakukan survei, Andi menemukan banyak pengungsi yang membutuhkan layanan kesehatan gigi. "Seperti kita ketahui kalau gigi kan agak tinggi biayanya. Jadi kita bersama UNHCR pun akhirnya *approach* ke Tzu Chi. Akhirnya Tzu Chi setuju dan mendukung agar baksos gigi dilaksanakan. Kegiatan ini pun benar-benar tepat guna dan tepat sasaran," sambungnya. Para pengungsi ini berasal dari berbagai negara seperti Afghanistan, Iran, Somalia, juga Yaman.

Menjawab Kebutuhan Para Pengungsi

Di teras kantor CWS seorang gadis cilik Afganistan Efat (6) berseragam pramuka datang bersama ayahnya Habibullah mengikuti pengobatan gigi yang diadakan Tzu Chi Indonesia. Tak hanya Efat, ayahnya, Habibullah (50) juga memeriksakan giginya. Ia telah lama merasakan sakit gigi, tapi karena tak memiliki banyak uang, Habibullah urung ke dokter gigi.

"Keluhannya, dia pernah tambal lalu lepas. Tadi tidak bisa ditambal karena giginya sudah mati. Dia bilang tidak mau cabut, jadi saya cuma resepkan obat," kata dr. Novita. Habibullah pun pulang dengan membawa antibiotik dan obat pengurang rasa sakit. Ia juga mengungkapkan rasa terima kasihnya.

Habibullah dan lima anaknya hampir dua tahun berada di Jakarta. Ia meninggalkan Afghanistan karena terjadi perang antar kelompok.

"Seorang teman mengatakan pada saya, 'jika kamu ingin pergi ke negara lain saya akan membantumu karena hidupmu sangat tidak aman di sini'. Dia menyarankan untuk pergi ke Indonesia karena pemerintah Indonesia, orang-orang Indonesia adalah orang-orang yang sangat baik," ujarnya.

Sesungguhnya Habibullah tidak ingin pergi ke mana-mana. Ia berharap perang segera berhenti. "Jika besok atau lusa perang berhenti, saya akan kembali karena di sana tanah kelahiran saya, rumah saya, kebanggaan saya. Anak-anak saya sering menangis, mereka rindu untuk pulang ke desa kami," tambahnya.

Sementara itu Ahmad (8) juga mengikuti baksos kesehatan gigi ini. Tidak ada rasa takut di wajah Ahmad saat dokter dari tim medis Tzu Chi hendak mencabut dua giginya. Ahmad yang bisa berbahasa Indonesia ini pun mengikuti instruksi dengan baik.

"Yang dicabut dua. Yang ini goyang, yang ini sakit banget. Kata dokter aku *nggak* boleh banyak makan cokelat," kata Ahmad sambil menggandeng tangan ayahnya, Fuad (32).

Fuad bersyukur dengan layanan kesehatan gigi ini, mengingat susunan gigi anaknya yang tumpang tindih. Keluarga Fuad berasal dari Yaman. Sama seperti kebanyakan pengungsi lainnya, Fuad dan keluarga meninggalkan negaranya karena terjadi perang sipil.

Menemui Kendala Bahasa

Pengobatan gigi yang dijalani Efat maupun Ahmad berlangsung lancar mengingat keduanya mengerti bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Ini berbeda dengan sebagian besar pengungsi lainnya. Karena beda bahasa inilah, dokter terkendala saat menanyakan keluhan atau memberikan saran. Sementara apoteker sedikit kesulitan saat menjelaskan tentang obat. "Kalau kendala yang pasti bahasa. Untuk keluhannya sendiri bervariasi, bisa dari cabut, tambal, bersihkan karang. Pasien sangat antusias. Kami sangat senang. Saya harap semoga lebih sering dibuat kerja sama antara UNHCR dengan TIMA. Karena ada juga pasien yang langsung bertanya kapan ada baksos lagi," ujar dr. Andrew.

Untung saja kendala ini bisa teratasi dengan adanya beberapa pengungsi yang bisa berbahasa Inggris dan sudah bisa berbahasa Indonesia. Meski jumlahnya dirasa masih kurang, komunikasi dengan pengungsi pun dapat dijembatani. Para penerjemah ini mendamping pengungsi dari negaranya saat berada di kursi operasi dan mengambil obat. Misalnya saja Mahad (24) yang menerjemahkan bagi pengungsi dari negaranya, Somalia.

"Saya senang bisa membantu menerjemahkan. Saya mendampingi pengungsi dari negara saya untuk berkomunikasi dengan dokter dan relawan Tzu Chi. Saya menerjemahkan dari bahasa Somalia ke bahasa Inggris. Saya bisa bahasa Inggris saat masih belajar di negara saya," kata Mahad.

❑ Khusnul Khotimah

Artikel lengkap tentang Baksos Kesehatan Gigi Pengungsi dapat dibaca di:
https://goo.gl/hviYFW

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

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

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

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

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

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

HUT TIMA ke-15

Dedikasi TIMA Indonesia

Lima belas tahun menggenggam tekad dan berikrar mengobati raga, menenangkan jiwa, serta melanjutkan kehidupan bagi para pasien dan penderita.

Arimami Suyo A.

Ketua Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, Liu Su Mei bersama dengan Ketua Umum Tzu Chi International Medical Association (TIMA) Indonesia, Sugianto Kusuma, dan jajaran pengurus TIMA Indonesia merayakan ulang tahun TIMA Indonesia yang ke-15. Selain itu, sebanyak 103 anggota TIMA baru juga dilantik dalam kegiatan ini.

Lima belas tahun Tzu Chi International Medical Association (TIMA) Indonesia berkiprah di dunia kemanusiaan melalui berbagai rangkaian kegiatan bakti sosial yang digelar untuk masyarakat tidak mampu. Sejak 10 November 2002, TIMA Indonesia resmi didirikan dengan beranggotakan 34 orang. Hingga kini TIMA Indonesia telah bertumbuh menjadi 823 relawan medis yang terdiri dari dokter umum, dokter spesialis, dokter gigi, perawat, bidan, analis laboratorium, apoteker, elektromedik, dan radiografer.

Sebagai ungkapan syukur, TIMA Indonesia dari berbagai daerah pun datang untuk bersama-sama mengadakan perayaan HUT TIMA ke-15 yang diadakan di Aula *Guo Yi Ting*, Tzu Chi Center, Jakarta pada tanggal 19 November 2017. Ratusan anggota TIMA dan tamu undangan yang hadir berasal dari Jakarta, Bandung, Singkawang, Pekanbaru, Padang, Yogyakarta, dan Biak.

Mengingat Kembali Tekad Awal

Sesuai dengan tema yang diusung "Menggenggam Tekad Awal Dedikasi Bagi Kemanusiaan", dokter Hengky Ardono ingin dalam perayaan ulang tahun kali ini setiap orang mengingat kembali tekad awal pada 15 tahun lalu. "TIMA punya ikrar mengobati raga, menenangkan jiwa, melanjutkan kehidupan bagi para penderita. Saat mengadakan baksos kita juga melatih diri, *do something for another people* tapi kita juga dapat sesuatu bagi diri kita sendiri," tutur Hengky, Wakil Ketua Harian TIMA Indonesia.

Dalam kesempatan yang sama, drg. Suherman, dokter dari Rumah Sakit Sentra Medika Grup juga memberikan sharing pengalamannya saat hadir dalam pertemuan TIMA Internasional di Taiwan. "Saya sangat terharu saat di Universitas Hualien melihat *silent mentor* di sana sangat dihormati. Salah satunya adalah seorang profesor kedokteran di Taiwan yang sebelum meninggal berpesan akan menyumbangkan jenazahnya untuk praktik anatomi mahasiswa kedokteran," kata relawan TIMA sejak 2012 ini. Dokter Suherman juga mengajak para dokter untuk bergabung dengan Tzu Chi agar bisa menolong orang yang tidak mampu.

Ibarat Tumbu Ketemu Tutup

Selain perayaan ulang tahun, TIMA juga melantik anggota baru sebanyak 103 orang relawan medis. Sebelumnya mereka mengikuti serangkaian kegiatan sosialisasi TIMA. Salah satunya adalah Dra. M.M. Mien Sumirah, Apt, yang hadir untuk dilantik sebagai anggota TIMA.

Pada tahun 2016, Mien Sumirah bergabung dalam kegiatan TIMA dengan harapan dapat berbagi pengetahuan kepada masyarakat. Pada awalnya, ia hanya mau menjadi asisten apoteker dan mengerjakan resep yang diberikan oleh dokter. Berhubung Mien Sumirah ingin memberikan banyak manfaat ke pasien, maka pada kegiatan selanjutnya, ia bergabung di bagian Konsultasi Informasi dan Edukasi (KIE).

"Makanya saat bergabung dengan TIMA, saya seperti merasa tumbu ketemu tutup (menemukan kecocokan). Apa yang saya dapat dari keahlian saya bisa saya *share* lagi untuk banyak orang," tutur lulusan farmasi Universitas Indonesia tahun 1981 ini.

Ketua Umum TIMA Indonesia, Sugianto Kusuma pun mengungkapkan kesannya terhadap TIMA Indonesia atas sumbangsih mereka dalam Misi Kesehatan Tzu Chi, "Dokter dan perawat adalah profesi yang luar biasa. Kita semua dapat saling belajar bagaimana cara berinteraksi dengan penuh budaya humanis."

❑ Juliana Santy, Teddy Lianto, Yuliati

Artikel lengkap tentang HUT TIMA ke-15
https://goo.gl/Gr4Ckt

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto. **WAKIL PEMIMPIN UMUM:** Ivana Chang, Hadi Pranoto. **PEMIMPIN REDAKSI:** Anand Yahya. **REDAKTUR PELAKSANA:** Yuliati. **EDITOR:** Arimami SA. **STAF REDAKSI:** 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, Rangga Trisnadi, Ricky Suherman, Siladhamo Mulyono, Urip Junoes. **PENGEMBANGAN RELAWAN DOKUMENTASI:** Erli Tan, Henry Tando, Teddy Lianto. **WEBSITE:** Heriyanto. **DITERBITKAN OLEH:** Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. **Dicetak oleh:** Gemilang Grafika, Jakarta. (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

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

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

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

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungan isinya.

Dari Redaksi

Pelajaran dalam Perjalanan Menjadi Relawan

Beragam kejadian sejarah dan peristiwa mewarnai berdirinya badan Misi Amal Tzu Chi hingga bisa berkembang sampai saat ini. Begitu pula dengan perjalanan relawan Tzu Chi, mulai dari relawan rompi hingga menjadi relawan komite Tzu Chi. Keinginan menjadi relawan pun juga bermacam-macam. Apapun tujuannya, insan Tzu Chi merupakan Bodhisatwa dunia yang tidak tega melihat semua makhluk menderita.

Ketika Master Cheng Yen ingin menjadi murid Master Yin Shun, ada satu pesan dari Master Yin Shun kepada Master Cheng Yen untuk berbuat kebajikan demi ajaran Buddha dan demi semua makhluk. Namun ketika badan misi amal kemanusiaan terbentuk selama 40 tahun, Master Cheng Yen mengajak murid-muridnya untuk berbuat demi semua makhluk, ini karena kondisi masyarakat saat itu hanya mengetahui jika berbuat baik maka akan mendapat karma baik. Namun sebenarnya mereka secara tidak langsung telah berbuat demi ajaran Buddha juga yaitu melalui kegiatan memberi bantuan kepada yang membutuhkan.

Dalam ceramah Master Cheng Yen pada 20 Desember 2015, saya sering sekali mendengar Master Cheng Yen mengatakan "Waktu sudah tidak cukup lagi." Ternyata maknanya sangatlah luas karena ini mencerminkan kekhawatiran beliau. Master Cheng Yen khawatir karena merasa Lima Kekeruhan di dunia ini semakin lama semakin kuat.

Akibatnya, pikiran-pikiran manusia juga menjadi semakin mudah bergejolak. Inilah yang paling beliau khawatirkan. Bagaimana cara menyucikan hati manusia? Dalam mempelajari ajaran Buddha, kita harus menyerap intisarinya. Hal tersebut dapat kita temukan dalam kehidupan sehari-hari.

Tzu Chi sendiri bertujuan untuk membimbing setiap orang kembali pada hakikat Kebuddhaan. Kita harus memiliki kebijaksanaan untuk membedakan yang benar dan salah. Namun, bagaimana cara membina kebijaksanaan? Kebijaksanaan harus dibina di tengah masyarakat. Karena di tengah masyarakat terdapat noda batin yang tak terhingga.

Perjalanan menjadi murid Master Cheng Yen adalah perjalanan untuk bertobat dan mengikis kebiasaan buruk kita. Melatih kebijaksanaan dengan menjalankan 4 misi dan 8 jejak langkah. Saat ini Master Cheng Yen mengajak kepada Relawan Komite Tzu Chi harus bisa memahami, mengerti, dan menyerap ajaran-ajaran Buddha (Demi ajaran Buddha) untuk bisa menjadi teladan bagi relawan Tzu Chi generasi penerusnya untuk membantu melenyapkan penderitaan di masyarakat (Demi semua makhluk).

Anand Yahya
Pemimpin Redaksi

RALAT: Terdapat kesalahan pada nama "**Tzu Chi Tanjung Sinar Mas**" di halaman 5 Buletin Tzu Chi edisi November 2017.
Seharusnya "**Tzu Chi Sinar Mas**".

上人開示

Pesan Master Cheng Yen

Menjadikan Agama sebagai Panduan Hidup dan Menumbuhkan Jiwa Kebijaksanaan

Menerapkan semangat budaya humanis untuk menabur benih kebajikan
Merekrut satu juta donatur dan menumbuhkan jiwa kebijaksanaan
Membagikan bantuan kepada yang membutuhkan dan mengimbau mereka melakukan tiga kebajikan
Menghimpun jalinan jodoh baik dan membimbing ke jalan kebenaran

Artikel dan video dapat dilihat di:
https://goo.gl/RGkAWQ

Kemarin, para relawan dari Indonesia, termasuk Bapak Sugianto Kusuma, kembali ke Griya Jing Si. Mereka berbagi tentang bagaimana perjalanan Tzu Chi Indonesia selama sekitar 20 tahun ini. Kisah yang mereka bagikan penuh kehangatan. Berkat tetes demi tetes sumbangsih para relawan, kini Tzu Chi Indonesia bisa membawa manfaat besar bagi warga setempat.

Kekuatan cinta kasih ini dimulai dari beberapa relawan perempuan. Mereka terus bersumbangsih hingga menyentuh hati dan menginspirasi para pengusaha terkemuka. Selain Bapak Sugianto Kusuma, juga ada Bapak Eka Tjipta Widjaja. Beliau adalah umat Kristen yang sangat taat. Saat mendampingi beliau berkunjung ke Hualien, putranya, Bapak Franky Oesman Widjaja, menyatakan berguru.

Bapak Franky bertekad dan berikrar untuk merekrut sedikitnya satu juta donatur. Beliau juga mengajak para karyawannya menjadi relawan Tzu Chi. Semua karyawannya menggalakkan semangat celengan bambu. Jadi, beliau bukan hanya menjadi donatur dan anggota Komite Tzu Chi, tetapi juga membagi para karyawannya ke dalam beberapa tim untuk menjalankan misi Tzu Chi.

Di berbagai tempat, para karyawannya membentuk tim. Setiap tim mencurahkan perhatian kepada orang-orang yang menderita di komunitas masing-masing. Satu juta donatur yang direkrutnya bukan hanya berdonasi, tetapi juga menjalankan fungsi masing-masing. Kekuatan yang terhimpun sungguh sangat besar. Beliau juga memperlakukan karyawannya dengan semangat budaya humanis Tzu Chi.

Dengan adanya ikrar dan kelapangan hati, kita akan dipenuhi berkah. Beliau juga bisa melepas status sosialnya. Inilah yang disebut mengembangkan nilai hidup. Beliau tidak melekat pada status sosialnya. Meski menghabiskan banyak waktu untuk bisnisnya, tetapi beliau senantiasa memikirkan misi Tzu Chi. Saat diperlukan, beliau bahkan turut melakukan pembersihan. Beliau membawa manfaat bagi karyawannya dengan menumbuhkan jiwa kebijaksanaan mereka. Ini merupakan salah satu tujuannya.

Berbagi ajaran benar, tanpa memengaruhi keyakinan

Jadi, apa yang disebut dengan agama? Agama berisi tujuan kehidupan manusia dan mengajarkan prinsip kebenaran. Dengan prinsip kebenaran, kita bisa senantiasa menyesuaikan arah tujuan kita.

Kita bisa melihat Sint Maarten yang diporak-porandakan oleh Badai Irma. Di sana, terdapat sebuah keluarga yang seluruh anggotanya adalah relawan Tzu Chi. Meski juga terkena dampak bencana, tetapi mereka segera menyediakan roti agar para korban bencana tidak kelaparan.

Mereka sangat memperhatikan korban bencana. Berhubung masih ada beras dari Taiwan yang belum habis dibagikan, mereka segera mempersiapkan pembagian bantuan. Namun, karena jumlah beras bantuan terbatas, mereka tidak bisa membagikan beras sekarung demi sekarung seperti sebelumnya. Mereka terpaksa membatasinya. Setiap orang hanya bisa menerima tiga gelas beras. Saat membagikan tiga gelas beras, mereka berbagi tentang tiga kebajikan.

Belakangan ini, berhubung sendi kehidupan warga belum pulih, mereka kembali membagikan beras. Mereka juga mengumpulkan pakaian dan sandal untuk dibagikan kepada orang yang membutuhkan. Saat membagikan beras, mereka mengimbau warga untuk bertutur kata baik. Mereka berharap saat memakan nasi, warga juga dapat mengingat untuk bertutur kata baik.

Meski pakaian yang dibagikan adalah pakaian bekas, tetapi mereka berharap saat memakainya, warga dapat bersikap lembut dan sabar serta berpikiran baik. Saat membagikan sandal, mereka juga mengimbau warga untuk menapaki jalan yang baik. Lihatlah, betapa bijaksananya mereka. Kita berbagi ajaran benar tanpa memengaruhi keyakinan orang lain. Kita hanya mengimbau orang-orang untuk bertutur kata, berpikiran, dan berbuat baik. Relawan kita bersumbangsih dengan kekuatan cinta kasih. Inilah yang dilakukan oleh insan Tzu Chi di seluruh dunia.

Kita juga bisa melihat Afrika. Lihatlah, di Afrika Selatan juga terdapat tunawisma. Insan Tzu Chi mencurahkan perhatian pada mereka. Kita juga melihat di posko penyedia makanan, ada seorang relawan bernama Victoria. Setelah mengenal Tzu Chi, dia mulai menjadi relawan hingga memperoleh dukungan dari seorang anggota dewan. Jadi, seminggu sekali, dia menyediakan makanan hangat bagi para tunawisma.

Saat mencurahkan perhatian kepada tunawisma, relawan kita mendapati bahwa ada seorang anak muda yang sebelumnya adalah mahasiswa dan pernah bekerja di pengadilan sebagai penerjemah. Anak muda ini berhenti bekerja karena kecanduan narkoba. Dia berpikir bahwa jika tidak punya uang, dia tidak akan bisa membeli narkoba. Dia bertekad untuk berhenti mengonsumsi narkoba dan akhirnya menjadi tunawisma. Namun, kini dia bertemu dengan insan Tzu Chi. Insan Tzu Chi memberikan bimbingan padanya.

"Saya sangat bersedia melibatkan diri dalam hal ini karena saya juga merupakan tunawisma. Saya memahami kebutuhan tunawisma karena kami memiliki hubungan yang erat. Banyak orang yang datang untuk memberikan apa yang mereka miliki tanpa menanyakan apa yang kami butuhkan. Yang kami butuhkan adalah perlengkapan mandi, selimut, pakaian, dan sepatu. Saya juga ingin melibatkan diri ke dalam organisasi amal, seperti Tzu Chi," ujar seorang tunawisma.

Dia telah bergabung menjadi relawan. Kini, dia membantu menerjemahkan dalam kegiatan yang diadakan relawan kita. Ini sungguh membuat orang tersentuh. Melihat dia memperbaiki kehidupannya, saya sangat terhibur. Tidak peduli menganut agama apa, asalkan sesuatu itu benar maka lakukan saja. Jika semua orang saling membantu dan mendampingi dengan cinta kasih, kita tetap bisa merasakan kebahagiaan dan kehangatan meski dunia ini penuh penderitaan.

❑ Ceramah Master Cheng Yen
tanggal 15 November 2017
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia,
Penerjemah: Hendry, Karlena, Marlina
Ditayangkan tanggal 17 November 2017

修福粒米藏日月・持慧毫芒有乾坤

Memupuk Berkah: Dalam sebutir beras terhimpun cinta kasih sepanjang masa
Membina Kebijaksanaan: Dalam hal terkecil pun terkandung Dharma yang mengubah kehidupan

Master Cheng Yen Menjawab

Perbedaan Pendapat antara Satu dengan Lainnya

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:
Mengapa pendapat antara satu sama lain bisa berbeda?

Master Cheng Yen menjawab:

Karena sebagian besar orang mengeluarkan pendapat berdasarkan niat serakahnya, sehingga timbul kemelekatan yang bias. Ini yang membuat seluruh batinnya menjadi kacau.

Kekacauan berasal dari ketidakselarasan, sedangkan ketidakselarasan berasal dari "satu titik kecil". Oleh karena itu, jika ingin menyelaraskan orang-orang dan menjauhkan bencana dari dunia maka setiap orang harus menjaga pikiran masing-masing dengan baik. Itu sebabnya saya selalu mengatakan bahwa kita harus senantiasa menjaga batin sendiri dengan baik, dalam setiap niat pikiran yang timbul harus lebih bersungguh hati lagi.

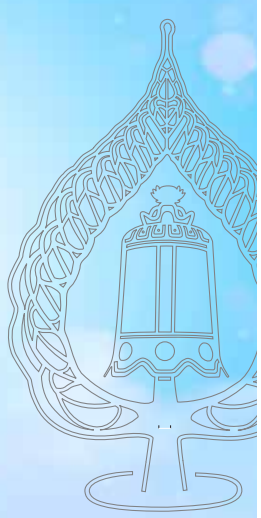
❑ Dikutip dari Jurnal Harian Master Cheng Yen edisi musim panas tahun 2003
Diterjemahkan oleh: Januar Tambera Timur (Tzu Chi Medan)

Genta Hati

四正勤 Empat Usaha Benar

已生惡念斷
未生惡不生
未生善令生
已生善令增

Menghentikan niat jahat yang telah timbul
Mencegah niat jahat yang belum timbul
Menumbuhkan niat baik yang belum timbul
Mengembangkan niat baik yang sudah timbul



TZU CHI SINAR MAS: Bantuan Paket untuk Pelajar dan Guru

Penghargaan untuk Guru

Guru adalah pahlawan tanpa tanda jasa. Ungkapan ini memang tepat karena melalui jasa seorang guru lahir manusia-manusia yang berguna bagi bangsanya. Begitu luar biasa perjuangan seorang guru untuk membentuk, mengajarkan, mendidik seorang manusia menjadi lebih baik. Sudah sepatutnya dan selayaknya kita menghargai jasa para guru.

Menyambut Hari Guru Nasional yang diperingati setiap tanggal 25 November, relawan Tzu Chi Sinar Mas *Xie Li* Sumsel 1 memberi penghargaan untuk para guru SD Negeri 04, Banyuasin, Palembang pada 20 Oktober 2017. Penghargaan diberikan kepada guru dalam bentuk sembako.

Melalui kerja keras dan semangat para guru di SDN 04 Banyuasin, lahirlah anak-anak cerdas dan berprestasi. Selain guru-guru, sebanyak 35 relawan Tzu Chi Sinar Mas juga memberikan penghargaan berupa perlengkapan sekolah kepada enam murid berprestasi, mulai dari kelas 1 hingga 6 SD.

Para generasi penerus bangsa ini mengaku bersyukur dengan bantuan yang diberikan relawan Tzu Chi. Bahkan semangat untuk belajar menjadi bertambah dengan diberikannya tas, buku, serta alat tulis baru kepada mereka.

Selain itu, relawan Tzu Chi Sinar Mas juga membagikan susu segar kepada 269 siswa. Kegiatan ini disambut dengan penuh sukacita oleh para pelajar yang jarang minum susu lantaran keterbatasan ekonomi orang tua.

Melihat raut wajah bahagia dari para guru dan pelajar, membuka harapan baru bagi relawan Tzu Chi Sinar Mas akan masa depan pendidikan bangsa ini. Walaupun keterbatasan fasilitas pendidikan, minimnya akses internet untuk mendapatkan segala informasi dari penjuru dunia, tidak menghalangi semangat generasi penerus bangsa untuk belajar. Para pelajar di SDN 04 Banyuasin ini patut bersyukur karena mereka memiliki guru yang tidak ada habisnya dalam memberikan ilmu pengetahuan baru.

"Semangat para guru ditularkan kepada para generasi penerus bangsa, sehingga para pelajar ini pun turut semangat dalam meraih cita-citanya," ujar salah seorang relawan.

❑ Ruth P. Saragih (Tzu Chi Sinar Mas)

Ruth P. Saragih (Tzu Chi Sinar Mas)

Relawan memberikan bingkisan kepada para guru SD Negeri 04, Banyuasin Palembang dalam rangka memperingati Hari Guru Nasional.

Jak Po (Tzu Chi Singkawang)

Sebanyak 32 orang tim medis dan paramedis Tzu Chi Singkawang mengikuti kegiatan gathering yang diadakan TIMA Indonesia di Singkawang untuk saling belajar dan berbagi pengalaman.

TZU CHI SINGKAWANG: *Gathering* TIMA

Saling Belajar dan Berbagi

Tzu Chi International Medical Association (TIMA) Singkawang menggelar *gathering* di Vila Manggis Singkawang, Minggu, 5 November 2017. *Gathering* ini diikuti oleh 32 peserta dari dokter, perawat, apoteker, asisten apoteker, analis lab, serta penyuluh gizi. Mereka kerap kali mengikuti kegiatan bakti sosial kesehatan yang diselenggarakan Tzu Chi Singkawang.

Hadir sebagai narasumber utama adalah drg. Laksmi Widiastuti dan dr. Ong Tjandra dari TIMA Indonesia di Jakarta. Dokter Laksmi selaku Sekretaris TIMA Indonesia mengapresiasi insan Tzu Chi Singkawang dalam menjalankan misi kesehatannya .

"Sejak 2014 program desa binaan, Tzu Chi Singkawang menyelenggarakan baksos kesehatan di desa-desa terpencil setiap tahun, dan tahun ini mengadakan baksos degeneratif tiga bulan berturut-turut. Ini sudah bagus. Oleh karenanya, TIMA Indonesia mengadakan sosialisasi guna merangkul tenaga medis dan paramedis di Singkawang untuk bergabung dalam TIMA Indonesia," ungkap drg. Laksmi.

Acara ini berlangsung sederhana. Penjabaran tentang Misi Kesehatan Tzu Chi dan Keindahan Budaya Humanis Tzu Chi dibawakan oleh drg. Laksmi. Sementara itu, dr. Ong Chandra berbagi pengalaman dan memotivasi peserta untuk berpikir dan bertindak *out of the box*. Acara lalu dilanjutkan dengan *sharing* peserta yang menyambut positif ajakan TIMA Indonesia.

Di penghujung acara, dr. Liem Fong Chung yang selama ini menjadi koordinator tim dokter Singkawang mengatakan, atas nama teman-teman dokter sepakat mengangkat Susiana Bonardy atau Akim sebagai Ketua TIMA Singkawang. Kesempatan tersebut diterima Akim dengan senang hati sebagai bagian dari menjalankan tugas kemanusiaan, khususnya Misi Kesehatan Tzu Chi. "Sudah ada dua dokter di Singkawang yang tergabung dalam TIMA Indonesia yang dilantik di Jakarta, yaitu dr. Hijanto R, dan dr. Christina Sienny A. Semoga yang lain segera menyusul," ujar Akim. Sebagai penutup acara, dihadirkan nasi tumpeng menandai tujuh tahun usia Kantor Penghubung Tzu Chi Singkawang.

❑ Jak Po (Tzu Chi Singkawang)

TZU CHI MAKASSAR: Kunjungan Kasih

Wujud Kasih Relawan Tzu Chi

Perhatian yang dilandasi cinta kasih dan kepedulian terhadap sesama terus ditunjukkan oleh para relawan Tzu Chi tanpa membedakan suku, agama, dan ras. Hal ini ditunjukkan pula oleh relawan Tzu Chi Makassar yang melakukan kunjungan ke panti jompo dan panti asuhan pada Minggu, 5 November 2017.

Kunjungan pertama dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Gau Mabaji di Kabupaten Gowa. Di panti tersebut, relawan memberikan pelayanan kepada oma opa di sana. Sebanyak 95 penghuni panti itu terlihat gembira ketika mendapat pelayanan dan bingkisan dari relawan. "Semoga dengan kedatangan kami bisa membuat mereka lebih termotivasi untuk tetap bertahan dalam keadaan apapun," tutur Hengky Kusuma, salah satu relawan Tzu Chi Makassar.

Sementara itu, Nurlina, Pembina PSTW mengungkap rasa bahagianya dengan kunjungan Tzu Chi Makassar. Menurutnya, hampir setiap tahun Tzu Chi menyempatkan melakukan kunjungan dan memberikan bantuan untuk Panti Sosial Tresna Werdha yang sudah berdiri sejak tahun 1977 ini. "Lansia itu daya ingatnya semakin menurun. Apalagi di hari tuanya mereka butuh keluarga atau orang yang memperhatikan mereka. Mereka butuh banyak perhatian," ungkap Nurlina.

Panti kedua yang dikunjungi oleh relawan Tzu Chi Makassar adalah Panti Asuhan Murni di Kota Makassar. Terdapat 58 anak yang tinggal dan memperoleh bimbingan di sini. Anak-anak menyambut para relawan dengan senyuman dan raut muka gembira. Saat relawan menurunkan barang yang mereka bawa, anak-anak juga bersemangat membantu menurunkan beras dan barang lainnya. Senyuman manis dan penuh ketulusan dapat membuat hati menjadi tenteram, sapaan yang ramah dapat membuat awal yang mengesankan, dan kegembiraan yang dihadirkan dapat membuat suasana menjadi akrab. Itulah yang dihadirkan relawan Tzu Chi Makassar dalam kunjungan kasih kali ini.

❑ Sutriani (Tzu Chi Makassar)

Angga (Tzu Chi Makassar)

Relawan Tzu Chi Makassar berkunjung ke Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji di Kabupaten Gowa dan Panti Asuhan Murni Makassar. Dalam kunjungan tersebut, para relawan juga memotong rambut, menggunting kuku, bermain, dan lomba berjoget serta bernyanyi.

TZU CHI TJ. BALAI KARIMUN: Bantuan Bagi Korban Kebakaran

Peduli Warga Sei Lakam

Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengunjungi para korban kebakaran di daerah pemukiman Gg. Perdamaian, Sei Lakam, Tanjung Balai Karimun pada Senin, 06 November 2017. Sebelumnya, para relawan mengetahui kejadian kebakaran ini dari informasi masyarakat. Dengan sigap para relawan pun segera mempersiapkan bantuan yang sekiranya dibutuhkan oleh para korban musibah kebakaran tersebut.

Peristiwa kebakaran mengakibatkan 31 kepala keluarga harus kehilangan tempat tinggal dan seluruh harta benda mereka. Begitu juga dengan nasib anak-anak dari keluarga korban kebakaran, peralatan sekolah mereka juga ikut terbakar. Saat ini, para korban mengungsi di salah satu masjid yang tidak jauh dari lokasi kebakaran tersebut.

Bantuan yang diberikan relawan Tzu Chi yakni santunan dana berupa uang dan peralatan sekolah untuk setiap keluarga korban kebakaran. Relawan juga melakukan pengukuran seragam sekolah. Satu per satu anak-anak yang menjadi korban kebakaran dipanggil untuk pengukuran baju, celana, dan sepatu sekolah. Tidak lupa, relawan memberikan kupon kepada setiap anak untuk nantinya mereka tukarkan dengan seragam sekolah yang akan dibagikan.

"Saya bersyukur ya karena dapat bantuan dari Tzu Chi. Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah membantu saya dan para korban lain yang rumahnya terbakar," ujar Kurnain (60), salah satu korban kebakaran.

Sore harinya, beberapa relawan kembali dengan membawa bantuan peralatan sekolah yang akan dibagikan ke anak-anak korban kebakaran. Satu per satu anak dipanggil untuk menukar kupon dan mendapatkan peralatan sekolah.

Aji (11), salah satu anak korban kebakaran mengungkapkan perasaannya mendapatkan bantuan peralatan sekolah. "Perasaan saya sangat senang, saya dapat baju, buku, dan juga sepatu sekolah. Kemarin baju dan buku-buku sekolah saya ikut terbakar. Terima kasih Tzu Chi sudah memberikan bantuan peralatan sekolah, besok saya sudah bisa sekolah lagi," ucapnya.

❑ Rafki (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

Rafki (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun membagikan santunan bagi korban kebakaran di daerah Sei Lakam, Tanjung Balai Karimun. Selain itu, relawan juga mengukur badan anak-anak korban kebakaran untuk diberikan seragam sekolah, sepatu, dan alat tulis.

Dok. Tzu Chi Medan

Tzu Chi Medan menyalurkan bantuan modal usaha kepada 60 petani jagung Damar Wulan Deli, di Pesantren Al Kautsar Al Akbar.

TZU CHI MEDAN: Bantuan Modal Usaha

Salurkan Bantuan Bagi Petani Jagung

Tzu Chi Medan menyalurkan bantuan modal usaha kepada petani jagung Damar Wulan Deli, di Pesantren Al Kautsar Al Akbar di Jalan Pelajar Timur Medan, Minggu 12 November 2017. Bantuan modal usaha diberikan kepada 60 petani dengan nilai masing-masing 7,5 juta rupiah untuk satu orang petani. Tzu Chi memberikan bantuan modal usaha dalam bentuk kredit lunak, petani tidak memerlukan agunan dan tidak dikenakan bunga untuk mendapatkan bantuan modal usaha tersebut.

Ketua Tzu Chi Medan, Mujianto mengatakan untuk meningkatkan hasil pertanian maka petani harus memiliki modal yang cukup. Untuk itu Tzu Chi memberikan bantuan modal usaha agar petani dapat mengembangkan dan menghasilkan varietas yang lebih unggul.

"Pertama kita berikan bantuan 60 Kepala Keluarga. Yang kita bantu per-KK itu untuk alokasi satu hektar tanah dengan jumlah bantuan tujuh setengah juta. Jadi program mereka, hasil panen dalam tiga bulan pertama untuk mencicil pembayaran dan sisa pinjaman akan dilunasi dalam setahun atau tiga kali panen. Nanti cicilan pembayarannya bergulir lagi ke petani selanjutnya, kira-kira 40 orang petani lagi yang akan kita bantu," jelas Mujianto.

Ketua Kelompok Petani Jagung Damar Wulan Deli, Mhd. Dahrul Yusuf mengucapkan syukur atas bantuan berupa kredit lunak tanpa agunan dan bunga yang diberikan kepada mereka. Ia mengatakan pinjaman itu akan mereka kembalikan setelah setahun atau tiga kali panen."Saya atas nama pimpinan Kelompok Tani Damar Deli mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi," Kata Mhd. Dahrul Yusuf.

Dukungan Tzu Chi terhadap petani diharapkannya dapat mengembangkan pertanian di daerah, sehingga Indonesia bisa mandiri memenuhi kebutuhan bahan pokok. Selain memberikan bantuan modal usaha, Tzu Chi Medan dalam kesempatan ini juga memberikan bantuan beras cinta kasih sebanyak 2 ton dan 200 kotak Mi Instan DAAI kepada petani dan masyarakat di sekitar Pondok Pesantren Al Kautsar Al Akbar.

❑ Elvi Chen (Tzu Chi Medan)

TZU CHI BANDUNG: Baksos Kesehatan Umum dan Gigi

Jalinan Jodoh di Kecamatan Batujajar

Tzu Chi Bandung bekerja sama dengan Tentara Nasional Indonesia (TNI) Angkatan Darat, dan Pusat Kesenjataan Artileri Medan (Pussenarmed) mengadakan bakti sosial kesehatan umum, gigi dan pembagian sembako, Minggu 19 November 2017. Baksos ini digelar dalam rangka HUT Artileri Medan (Armed) ke-72 yang berlokasi di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 1 Cibodas, Kecamatan Batujajar, Kabupaten Bandung Barat.

Pelayanan kesehatan ini berhasil melayani 312 pasien dan memberikan 400 paket sembako. "Penduduk di sini sangat antusias dan ada kesempatan buat kita untuk memperkenalkan Yayasan Buddha Tzu Chi. Dari hasil pemeriksaan kesehatan tim medis, beberapa kasus perlu dirujuk. Beberapa pasien rata-rata menderita katarak, epilepsi, dan beberapa pasien perlu penanganan khusus yang mungkin kita tindak lanjuti," kata Herman Widjaja, Ketua Tzu Chi Bandung.

Baksos ini sangat bermanfaat untuk warga Batujajar. Warsaman (47), warga Desa Pangauban yang datang berobat dan menerima sembako mengaku, perhatian yang ditunjukkan relawan Tzu Chi betul-betul dirasakannnya. "Alhamdulillah, warga menyambut baik baksos ini, mudah-mudahan pengobatan gratis dan sembako dari Tzu Chi ini dapat dirasakan oleh semua warga," kata Warsaman.

Brigjen TNI Dwi Jati Utomo Komandan Pussenarmed mengatakan, "Harapan ke depan Yayasan Buddha Tzu Chi tetap peduli terhadap sesama, kasih sayang universalnya tetap di saat bangsa Indonesia menghadapi intoleransi, menghadapi bahaya radikalisme, menghadapi bahaya perpecahan. Mudah-mudahan kegiatan seperti ini akan membangkitkan semangat nasionalisme," ucap Dwi Jati.

Relawan Tzu Chi Bandung berharap bakti sosial ini bisa menjadi jembatan untuk mengikat tali persaudaraan yang lebih erat dengan masyarakat setempat.

❑ Galvan (Tzu Chi Bandung)

Galvan (Tzu Chi Bandung)

Relawan Tzu Chi membantu dan mendampingi warga yang datang berobat. Kegiatan baksos kesehatan ini melibatkan 80 relawan Tzu Chi Bandung dan berhasil melayani 312 pasien serta membagikan 400 paket sembako untuk warga.

Relawan Tzu Chi Jakarta: Zainah Mawardi

Episode Hidup Tak Terlupakan

Dok. Pribadi

Dilantik menjadi Relawan Komite Tzu Chi oleh Master Cheng Yen pada 16 November 2017 lalu menjadi momen tak terlupakan bagi saya. Ketika memberikan *nametag* ke Master Cheng Yen dan beliau menyematkannya itu yang paling tidak saya lupakan. Saya merasa ini merupakan saat-saat bahagia, meskipun butuh proses pelatihan diri yang cukup lama untuk menjadi Relawan Komite Tzu Chi.

Sudah 14 belas tahun menjadi relawan tetapi ini baru menjadi murid Master Cheng Yen yang sesungguhnya, terlebih dalam kondisi saya yang kurang sehat. Tetapi semua kembali pada jalinan jodoh. Ini kesempatan yang sangat luar biasa, saya memperoleh berkah seperti ini, meskipun sebelumnya saya sudah gagal dua kali untuk mengikuti pelantikan Relawan Komite Tzu Chi.

Ketika dilantik, saya merupakan satu-satunya yang mengenakan jilbab. Jadi model pertama komite berjilbab, mereka yang dari Malaysia, dari Lampung pada bilang, "Saya foto ya, Bu, supaya bisa kasih tahu teman-teman saya bahwa ini komite juga ada yang pakai jilbab." Saya merasa ini juga jodoh baik. Meskipun saya mengenakan jilbab pun tidak merasa berjilbab setelah membaur. Karena di sana tidak ada yang membedakan jadi saya pun merasa nyaman saja.

Saya memang sudah mengenal Tzu Chi sejak pertama masuk menjadi guru di Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi yang berada di Cengkareng, Jakarta Barat. Sejak menjadi guru di sekolah tersebut, saat itu juga saya masuk menjadi relawan Tzu Chi pada tahun 2003. Di sekolah saya mengajar kelas budaya humanis. Saya aktif di Misi Pendidikan Tzu Chi. Sebelum sakit saya banyak berkegiatan di Tzu Chi, menjadi pembicara atau memberikan *sharing* kegiatan amal, Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi, dan lain-lain.

"Mengikuti pelatihan dan pelantikan Relawan Komite Tzu Chi bukan berarti kita tamat dari belajar, tetapi menurut saya ini merupakan awal kita memasuki kerelawanan menjadi murid Master Cheng Yen yang sesungguhnya."

Selama mengenal Tzu Chi, banyak perubahan diri yang saya rasakan. Entah kenapa ketika di sekolah lain saya malu untuk mengakui diri saya sebagai seorang guru. Saya merasa "*image*" orang terhadap guru itu kayaknya melecehkan, tetapi setelah di Yayasan Buddha Tzu Chi pemikiran seperti itu berubah. Saya benar-benar melihat anak-anak didik yang awal-awal sekolah berdiri berasal dari bantaran Kali Angke, saya merasa sangat tersentuh, merasakan jiwa keguruan saya, dan jiwa keibuan saya. Malah sekarang saya bangga sekali menjadi seorang guru, saya berani mengatakan saya adalah guru.

Saya merasa Tzu Chi seperti keluarga saya sendiri. Terlebih ketika saya diketahui menderita kanker, semua relawan Tzu Chi yang kenal dengan saya semuanya peduli. Mereka memberikan *support*, semangat kepada saya. Saya di *support* mulai dari memberikan penguatan, bagaimana cara untuk mengobati saya, dicarikan rumah sakit, dan lain-lain. Hingga sekarang saya masih menjalani pengobatan.

Dalam mengikuti pelantikan relawan komite di Taiwan pun saya harus periksa ke dokter terlebih dahulu. Saya merasa bersyukur karena bisa diijinkan untuk berangkat mengikuti pelantikan. Dokter memberikan banyak vitamin kepada saya dan berpesan agar tidak terlalu kelelahan selama berkegiatan.

Mengikuti pelatihan dan pelantikan Relawan Komite Tzu Chi bukan berarti kita tamat dari belajar, tetapi menurut saya ini merupakan awal kita memasuki kerelawanan menjadi murid Master Cheng Yen yang sesungguhnya. Saya memang berharap bisa sehat terus dan ditambah kekuatan supaya saya bisa memikul tanggung jawab yang lebih besar, terutama di misi pendidikan karena saya sebagai guru kelas Budaya Humanis, saya ingin budaya humanis Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi lebih baik lagi.

Master Cheng Yen memiliki kharisma dan sangat luar biasa kiprahnya untuk dunia. Ini sangat mengagumkan, sampai saya berpikir kalau semua pimpinan umat bisa seperti Master Cheng Yen pasti tujuan, cita-cita membuat dunia aman, tenteram, damai bisa terwujud. Saya merasa Master Cheng Yen seperti guru ataupun ibu bagi saya.

Seperti dituturkan kepada Khusnul Khotimah

Kilas

Metta Wulandari

Pemberian Bantuan Mingguan

Sentuhan Lembut Keluarga Baru

Setiap seminggu sekali, staf badan misi Tzu Chi yang sekaligus anggota *Tzu Chi International Medical Association* (TIMA) Indonesia, Suster Weny Yunita selalu menyempatkan waktu untuk berkunjung ke rusun dan memberikan bantuan mingguan kepada para pasien penerima bantuan yang berasal dari luar Kota Jakarta di salah satu blok di Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng.

Sekarang, blok tersebut dihuni 12 pasien dan 12 pendampingnya, semuanya berjumlah 24 orang. Bantuan berupa diaper, beberapa obat-obatan ringan, dan biaya mingguan (mencakup uang sarapan, biaya transport, atau biaya rawat jalan apabila ada). "Senang sekali bisa diperhatikan dan diringankan di sini," ucap Ika Setyaningrum, salah satu pasien dari Biak.

"Ini suatu hal yang positif juga karena saya tinggal di rusun dan diberikan kepercayaan sebagai perpanjangan tangan yayasan (Tzu Chi) untuk memberikan bantuan kepada keluarga yang ada di sini. Jadi saya sekaligus belajar kesabaran, kekuatan, keteguhan, dan iman dari mereka," timpal Weny sambil tersenyum.

❑ Metta Wulandari

Pameran Jing Si

Bangkitkan Empati, Sebarkan Kebaikan

Selama dua hari, pada tanggal 11-12 November 2017 berbagai gelaran dipamerkan oleh Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, di bawah koordinasi PT. Jing Si dan komunitas relawan *He Qi* Timur di Mall Kelapa Gading. Kegiatan ini memperkenalkan produk-produk PT. Jing Si dan DAAI Tech. Seperti buku-buku karya cerita dari kumpulan ceramah Master Cheng Yen, CD-DVD musik, lagu-lagu Tzu Chi, cerita drama kisah nyata insan-insan Tzu Chi, dan Celengan Bambu.

Ada juga berbagai kebutuhan sandang dari bahan-bahan daur ulang ramah lingkungan. Tidak ketinggalan produk baru yang diperkenalkan Mi Vegan, Mi DAAI. Juga ada stan pameran *Tzu Chi University Continuing Education Center* (TCUCEC), yaitu Seni kaligrafi.

"Di sini kita ingin menggugah hati para pengunjung Mall Kelapa Gading lebih peduli kepada sesama, sekaligus menggalang hati mereka menjadi relawan, khususnya relawan Tzu Chi ini. Melalui pameran ini harapannya, setelah mereka melihat poster-poster dan tayangan kegiatan misi amal relawan Tzu Chi, mereka tergerak untuk membantu sesama," ujar Andy Wang, Koordinator kegiatan.

❑ Giok Chin Lie, Felicite Angela Maria (*He Qi* Timur)

Dok. *He Qi* Timur

Henry Tando

Pembersihan Depo

Menyiapkan Kelas Pelestarian Lingkungan

Depo pelestarian lingkungan Tzu Chi yang berlokasi di belakang Tzu Chi Center, Pantai Indah Kapuk bersebelahan dengan pembangunan rumah sakit. Hal ini membuat kondisi depo berdebu tebal. Sebanyak 39 relawan Tzu Chi melakukan pembersihan depo pada Minggu, 26 November 2017.

Relawan dibagi menjadi tiga kelompok untuk membersihkan lokasi pemilahan, bagian dalam depo, dan menyekat area penyimpanan barang-barang daur ulang yang masih berfungsi baik. Kegiatan bersih-bersih ini sekaligus untuk mempersiapkan acara peresmian depo pada 10 Desember 2017. Depo ini juga mulai beroperasi mulai 4 Desember 2017 setiap hari kerja. Selain itu, depo ini akan menerima barang daur ulang dari masyarakat sekitar dan menjadi tempat untuk menginformasikan pendidikan pelestarian lingkungan.

Selain dibersihkan, rencananya juga akan dilakukan penghijauan di sekitar depo tersebut. "Akan kita tanam 2 buah pohon Trembesi di depan depo. Hal tersebut juga akan menambah hijau dan nyaman lingkungan depo ini," ungkap Puspawati, salah satu relawan Tzu Chi yang ikut dalam kegiatan tersebut.

❑ Henry Tando

Seminar Indonesia Citizen Summit 2.0

Kolaborasi Pembangunan Berkelanjutan

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia telah menjadi member di Filantropi Indonesia yaitu perkumpulan organisasi sosial sejak 2015. Kini di tahun 2017 ini, Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia telah menjadi anggota Indonesia Citizens Summit 2.0 (ICS) sebagai kolaborasi dalam hal implemantasi *Sustainable Development Goals* (SDGs). Indonesia Citizens Summit 2.0 (ICS) sendiri merupakan kolaborator dalam implementasi SDGs yang digagas oleh Kementerian PPN/BAPPENAS.

Lima goals Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia dari 17 *goals* atau poin dalam SDGs, diantaranya:

Goals ketiga (Kehidupan sehat dan sejahtera). Tzu Chi memiliki Misi Amal dan Misi Kesehatan.

Goals keempat (Pendidikan berkualitas). Tzu Chi memiliki Misi Pendidikan dan pembelajaran Budi Pekerti.

Goals kesebelas (Kota dan Pemukiman yang berkelanjutan). Tzu Chi memiliki Pembangunan Rusun Cinta Kasih

Goals kedua belas (Konsumsi dan produksi yang bertanggung jawab). Tzu Chi memiliki Misi Pelestarian Lingkungan

Goals ketiga belas (Penanganan perubahan iklim). Tzu Chi memiliki program mengurangi kantong plastik, hidup vegetaris.

❑ Anand Yahya

Anand Yahya

Cermin

Suara Tangisan di Pinggir Kali Kecil

Ilustrasi: Rangga Trisnadi

Si Tupai Kecil Keke dan keluarganya tinggal di atas pohon tua di tepi sebuah kali kecil, mereka menjalani kehidupan dengan bahagia.

Suara air yang mengalir di kali kecil bagaikan senandung nyanyian merdu untuk keluarga si Tupai Kecil. Ikan-ikan di kali kecil bermain dengan gembira, sesekali tampak kepala-kepala mungilnya, dengan nakal mengeluarkan untaian gelembung udara yang membuat si Tupai Kecil sekeluarga tertawa terbahak-bahak. Bunga-bunga kecil di tepi kali juga menari-nari dengan gembira di tengah hembusan angin sepoi-sepoi, dengan penuh senyum mereka mendoakan si Tupai Kecil sekeluarga hidup berbahagia. Di udara, segerombolan burung-burung terbang kesana kemari dengan riang gembira, dan sesekali hinggap di ranting pohon menyampaikan salam kepada si Tupai Kecil sekeluarga.

Pada suatu hari, Papa Tupai yang pulang dari survei di luar kota mengumpulkan seluruh anggota keluarga untuk sebuah rapat penting. "Saudara Tupai kita yang tinggal disebelah gunung telah membuka sebuah pabrik pengolahan makanan dan menghasilkan banyak uang. Keluarga kita juga akan membuka sebuah pabrik pengolahan makanan!"

Mendengar bahwa membuka pabrik pengolahan makanan bisa menghasilkan banyak uang, Mama Tupai dan si Tupai Kecil merasa sangat gembira. "Setelah menghasilkan banyak uang, saya akan ke kota untuk membeli mainan yang sangat banyak," kata Keke dengan hati yang sangat senang.

"Setelah menghasilkan banyak uang, kita sekeluarga bisa bertamasya ke berbagai tempat di dunia," kata Mama Tupai bergembira.

Pabrik pengolahan makanan keluarga Tupai Kecil Keke telah beroperasi. Makanan olahan lezat pun terus diproduksi, sehingga dari cerobong asap pabrik makanan olahan keluar asap hitam tebal yang menerjang ke angkasa.

Burung-burung yang beterbangan di udara pun mulai menangis. "Ya Tuhan, angkasa berubah menjadi gelap, udara telah berubah menjadi kotor. Kami sudah tidak tahan lagi! Siapa yang bersedia menolong kami!"

Dari sudut lain pabrik pengolahan banyak sekali limbah air yang terus mengalir menuju ke tengah kali kecil mengikuti parit pembuangan air. Ikan-ikan di kali juga mulai menangis. "Siapa yang bersedia menolong kami! Air di kali kecil telah menjadi semakin kotor, kami hampir tidak mampu bernapas. Jika kami tidak pindah rumah, cepat atau lambat akan mati di dalam kali!"

Ampas limbah yang dihasilkan pabrik pengolahan makanan di tuang ke tepi kali kecil oleh keluarga Tupai Kecil Keke. Bunga-bunga kecil di tepi kali kecil juga mulai menangis. "Siapa yang bersedia menolong kami! Meletakkan tumpukan barang bau ini di sini, membuat kami hampir tidak mampu tumbuh."

Apa yang harus dilakukan oleh Tupai Kecil Keke sekeluarga?

Pada suatu hari, si Burung Pelatuk yang merupakan pakar pelestarian lingkungan berkunjung ke rumah Keke. Burung Pelatuk berkata, "Pabrik pengolahan makanan kalian tidak boleh terus seperti ini, lingkungan sekitar telah mengalami kerusakan yang sangat parah."

"Memang demikian adanya, begini terus juga tidak baik," kata Mama Tupai, "demi untuk menghasilkan uang, kita telah merusak lingkungan sekitarnya."

"Lalu apa yang harus kami lakukan?" Papa Tupai bertanya.

"Ada dua cara untuk mengatasi masalah," kata Burung Pelatuk dengan sungguh-sungguh. "Pertama, hentikan aktivitas pabrik pengolahan makanan. Kedua, pikirkan sebuah cara baik yang bisa mengatasi ampas limbah, gas limbah, dan air limbah."

Keke berpikir sejenak, lalu berkata ke papanya, "Papa, biarkan mama yang mengurus rumah untuk sementara waktu, kita pergi bersama untuk belajar bagaimana cara yang baik dalam menangani ampas limbah, limbah gas, dan limbah air!"

Dengan rendah hati kemudian Papa Tupai mengajak Keke pergi untuk belajar cara yang bisa membuat pabrik pengolahan terus berproduksi tapi juga bisa melindungi lingkungan.

❑ Sumber materi: Buku Bank Kebiasaan Baik
Penerjemah: Yusniaty (*He Qi* Utara 1)
Penyelaras: Agus Rijanto Suryasim

Info Sehat

Sumber: dr. Theresia Karina Witanta
Dokter Umum Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi Cengkareng

TUBERKULOSIS

Tuberkulosis atau TB adalah penyakit menular yang disebabkan kuman *Mycobacterium tuberculosis* dari batuk, bersin, atau meludah di sembarang tempat dari penderita TB. Gejala klasik TB paru yakni batuk lebih dari 2 minggu dengan atau tanpa bercak darah, berat badan turun, tidak nafsu makan, demam tanpa sebab lebih dari 1 bulan, keringat malam hari, dan nyeri dada.

Sementara itu orang yang memiliki resiko tinggi penularan TB adalah orang dengan sistem kekebalan tubuh lemah, seperti pengidap HIV/AIDS, diabetes, pasien kemoterapi, malnutrisi, perokok, orang yang kontak dengan pengidap TB aktif, misalnya petugas medis atau keluarga pengidap tinggal di pemukiman padat dan kumuh.

Jika kita menemukan tanda atau gejala TB, maka segera periksakan diri ke dokter. Beberapa cara untuk mendiagnosis penyakit TB, antara lain Rontgen dada, pemeriksaan darah dan dahak. Pada anak-anak, dilakukan tes Mantoux dan pemeriksaan lain dengan sistem skoring TB.

Pengobatan TB dengan mengonsumsi antibiotik *Isoniazid, Rifampicin, Pyrazinamide,* dan *Ethambutol* dalam jangka waktu 6-12 bulan. Masa penyembuhan tergantung kondisi kesehatan serta tingkat keparahan TB. Apabila berhenti meminum sebelum waktunya, bakteri TB berpotensi resistan terhadap antibiotik dan akan menjadi lebih berbahaya dan sulit diobati, sehingga masa penyembuhannya akan lebih lama.

Pencegahan utama TB adalah vaksin BCG. Kita juga bisa mencegah TB dengan menggunakan masker saat berada di tempat ramai, atau berinteraksi dengan pengidap TB. Pencegahan penyebarannya:

- Tutupi mulut saat bersin, batuk
- Tidak membuang dahak atau meludah sembarangan
- Rumah memiliki sirkulasi udara baik
- Tidak merokok

Pasien TBC bisa kambuh apabila orang yang telah sembuh dari TBC masih tetap kontak dengan penderita TBC lainnya. Jika daya tahan tubuh lemah, bisa tertular dari penderita TBC yang kuman TBC-nya masih positif. Oleh karena itu, setiap orang yang memiliki gejala TBC di lingkungan kerja dan keluarga harus memeriksakan diri ke dokter untuk mencegah penularan.

Sedap Sehat

Anand Yahya

Longan Asam Manis

Bahan:

Wortel	: 1 batang (potong bentuk bunga)	Saus tomat	: 5 sendok makan
Jahe muda	: 1½ ons (diiris tipis)	Minyak sayur	: 1 sendok makan
Nanas madu	: 1 buah (dipotong sesuai selera)	Garam	: ½ sendok teh
Paprika hijau	: 1 buah	Cuka	: 1 sendok makan
Crispy	: 2 ons (dipotong dan digoreng)	Gula	: 1 sendok makan
Longan	: ½ kaleng	Merica	: secukupnya
Minyak wijen	: 1 sendok makan		

Cara memasak :

1. Irisan jahe ditambahkan dengan garam, cuka, dan gula. Kemudian diaduk rata dan diamkan 3 jam.
2. Tumis asinan jahe di atas. Masukkan wortel, nanas, saus tomat, gula, garam, dan merica. Lalu masukkan sedikit air dan didihkan.
3. Masukkan crispy, paprika, dan longan. Aduk rata kemudian matikan api.
4. Masukkan minyak wijen kemudian diaduk rata.
5. Longan asam manis siap dihidangkan.

❑ Resep: Tjai Suan

Mery Christine (*He Qi* Barat)

SOSIALISASI PELESTARIAN LINGKUNGAN (28 NOVEMBER 2017)

HEMAT KERTAS. Relawan Tzu Chi mensosialisasikan tentang Program Pelestarian Lingkungan Tzu Chi di Universitas Bina Nusantara, Fakultas Hubungan Internasional dengan tema "*Paper to People*". Kegiatan ini juga sekaligus mengajak mahasiswa dan dosen di lingkungan kampus untuk ikut melestarikan lingkungan dengan melakukan penghematan terhadap kertas dan memanfaatkan kembali kertas dengan cara daur ulang.

Yuliati

DONASI BUKU JING SI (24 NOVEMBER 2017)

MEMBACA CERITA. PT. Jing Si bersama relawan Tzu Chi mendonasikan buku-buku bacaan untuk anak maupun buku untuk guru-guru di Perguruan Budhidaya yang berlokasi di Jl. Bidara Raya, Jakarta Utara. Kehadiran buku-buku Jing Si Aphorism maupun komik-komik yang diterbitkan oleh PT. Jing Si telah memberikan semangat baru bagi anak-anak. Mereka sangat antusias membaca buku-buku tersebut di perpustakaan sekolah ini.

Agung (*He Qi* Utara 2, Cianjur)

BAKSOS KESEHATAN DEGENERATIF CIANJUR (12 NOVEMBER 2017)

INTERAKSI DENGAN PASIEN. Relawan Tzu Chi Cianjur kembali mengadakan baksos degeneratif di Kodim 0608 Cianjur, Jawa Barat. Baksos ini merupakan baksos lanjutan setelah baksos pertama berhasil menangani 300 pasien degeneratif. Dalam kegiatan ini sebanyak 75 pasien penyakit degeneratif berhasil ditangani.

Suyanti Samad (*He Qi* Pusat)

KELAS BUDI PEKERTI (12 NOVEMBER 2017)

ISYARAT TANGAN. Bulan November 2017 merupakan kelas terakhir untuk kelas budi pekerti *Qin Zi Ban* (Tingkat TK) *He Qi* Utara 2 di Tzu Chi Center. Kelas ini diikuti 20 anak bersama orang tuanya dan dibantu 15 insan Tzu Chi. Kelas budi pekerti ini sudah berjalan tiga tahun, karena sebelumnya kelas ini dilaksanakan di daerah Pluit, Jakarta Utara.

Tzu Chi Internasional

Bantuan Bagi Korban Banjir di Malaysia

Delapan Jam Berkendaraan untuk Membalas Budi

Dok. Tzu Chi Malaysia

Relawan Tzu Chi Malaysia bersama dengan warga setempat membersihkan sampah sisa-sisa banjir yang melanda Kota Penang, Malaysia. Selain itu, relawan juga terus menggelar kegiatan bantuan serta memberi santunan kepada hampir 1.600 keluarga korban banjir.

"Saya pernah mengalami bencana banjir besar di Kelantan, relawan Tzu Chi datang membantu saya. Saya merasa berhutang budi kepada mereka, maka kedatangan saya kali ini membawa apa yang dulu pernah saya terima," kata Abdul Harry, seorang warga Kelantan Malaysia yang berkendaraan selama 8 jam ke Penang untuk membantu korban bencana dan membersihkan rumah mereka. Hal ini ia lakukan untuk membalas budi Tzu Chi yang ia terima ketika Kelantan dilanda bencana banjir.

Pacsabanjir besar di Kota Penang, Malaysia pada 4 November 2017, relawan Tzu Chi memobilisasi anggotanya terus menerus untuk menggelar kegiatan pemberian bantuan, termasuk membagikan makanan dan minuman hangat, membantu membersihkan rumah, bakti sosial kesehatan dan kunjungan kepedulian ke rumah penduduk, serta bakti sosial pembagian bahan bantuan lainnya. Dalam kegiatan bersih-bersih rumah korban banjir, selama 4 hari lebih ada 600 anggota yang ikut berpartisipasi. Dalam kegiatan ini tidak hanya relawan Tzu Chi saja, tetapi juga menggerakkan penduduk untuk ikut bersumbangsih, bahkan ada warga korban banjir sangat parah di Kelantan tahun 2014 datang berbagi apa yang ia alami untuk memberi semangat dan membantu sesama.

Minggu, 12 November 2017, relawan tiba di wilayah banjir yang sangat parah di bawah kaki Bukit Mertajam. Pemandangan telah membangkitkan kenangan relawan Kelantan, semuanya melekat di dalam ingatan. Halana, relawan Kelantan berbagi kisah, "Banjir yang kami alami di tahun 2014, air merendam hingga atap rumah, semua harta benda musnah. Ada orang yang rumahnya diterjang dan hanyut oleh banjir, hanya tersisa pakaian yang melekat di badan, terpaksa tinggal beberapa bulan di tenda-tenda posko bencana." Halana menyemangati para korban untuk tidak terlalu bersedih, "Segalanya akan menjadi baik kembali, hanya saja membutuhkan waktu."

Peralatan di dapur darurat bencana sangat lengkap, bisa menggunakan energi matahari untuk pembangkit listrik, juga dapat menyimpan air cadangan. Memasak nasi Jing Si dengan air panas, dalam waktu sekitar 3 jam telah berhasil menyiapkan 1.000 porsi makanan hangat. Semua orang bergotong-royong membungkus makanan hangat untuk segera diantar ke wilayah bencana. Kegiatan nyata ini telah memberikan energi yang membangkitkan rasa tenteram, nyaman, dan hangat bagi warga yang terkena bencana banjir.

Sekelompok relawan Tzu Chi lain menggelar kegiatan pemberian bantuan. Mereka memberikan perhatian yang menenteramkan hati. Hampir 350 orang relawan setempat dan luar daerah berkumpul di Sekolah Li Hwa Kota Butterworth. Relawan terbagi menjadi seratus lebih grup yang dipimpin oleh seorang relawan setempat. Mereka memberikan santunan kepada hampir 1.600 keluarga korban banjir.

❑ Sumber: http://www.tzuchi.org.tw
Diterjemahkan oleh: Nagatan
Penyelaras: Agus Rijanto Suryasim