



Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Pemda DKI Jakarta kembali menjalankan Program Bebenah Kampung DKI Jakarta. Program kali ini menargetkan membangun ulang 100 rumah layak huni di beberapa titik wilayah Jakarta Utara, Jakarta Barat, Jakarta Pusat, Jakarta Selatan, dan Jakarta Timur.

Program Bebenah Kampung Tzu Chi di Jakarta

Yuk, Gotong Royong Wujudkan Hunian Layak dan Sehat

“Memiliki rumah sehat, bersih, serta nyaman untuk ditinggali merupakan impian semua orang. Hal ini yang coba diwujudkan oleh Tzu Chi dengan Program Bebenah Kampung untuk membantu mereka yang membutuhkan.”

Program bedah rumah Tzu Chi di wilayah Kamal Muara, Penjarangan, Jakarta Utara yang dimulai sejak tahun 2019 sudah masuk tahap yang ke-4 dan sejak tahun 2023 menjadi salah satu dari 5 wilayah Program Bebenah Kampung DKI Jakarta yang dilaksanakan Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Pemda DKI Jakarta. Sukacita pun dirasakan para warga Kamal Muara yang sudah mendapat bantuan bedah rumah dari Tzu Chi. Mereka mulai menata kembali kehidupan di rumah baru yang bersih, sehat, serta layak huni.

Sebelum dibantu, para warga Kamal Muara yang menempati rumah tak layak huni sering merasa was-was. Apalagi jika musim penghujan, di malam hari mereka sering terjaga karena takut sewaktu-waktu atap rumahnya roboh terkena hujan. “Kalo ujan gede campur angin saya takut, kasihan anak-anak *nggak* bisa tidur. Dulu mereka *kalo* mau belajar juga susah, *kalo* sekarang *alhamdulillah* rumah dah dibedah sama Buddha Tzu Chi,” ujar Sulusia, salah satu warga Kamal Muara yang mendapat bantuan bedah rumah dari Tzu Chi tahap ke-1.

Selain menghapus kekhawatiran, bantuan bedah rumah dari Tzu Chi menjadi jawaban atas doa dan harapan warga Kamal Muara selama bertahun-

tahun karena ingin memperbaiki rumah tetapi selalu terkendala dengan kondisi ekonomi. Untuk lebih melengkapi kebahagiaan warga penerima bantuan bedah rumah dari Tzu Chi para relawan juga memberikan beberapa perabotan rumah tangga untuk digunakan di rumah yang baru.

“*Alhamdulillah*, Bu... Sudah 40 tahun kami hidup di rumah yang *nggak* layak. Rombeng kata saya *mah*. Sampai *nggak* bisa *ngomong* apa-apa lihat rumah baru ini, cuma bisa nangis bahagia. Ada diberikan kompor gas juga, *ricecooker*. Ya Allah... baik sekali,” kata Kartini, salah satu warga Kamal Muara penerima bantuan bedah rumah Tzu Chi tahap ke-2 yang terharu kala membuka rumah barunya bersama relawan Tzu Chi.

Para warga Kamal Muara juga tak lupa mengucapkan terima kasih kepada para relawan dan donatur Tzu Chi. Karena berkat sumbangsih dan cinta kasih mereka, rumah yang tadinya kotor kini berubah 180 derajat menjadi rumah yang dipenuhi berkah “Saya *nggak* bisa bilang apa-apa lagi selain ungkapan syukur dan terima kasih kepada relawan dan donatur Tzu Chi. Ini adalah rumah penuh berkah yang hadir di Bulan Ramadan penuh berkah. *Insyallah* menjadi berkah dan memberikan pahala

kebaikan bagi bapak dan ibu semuanya,” ucap Rahman, salah satu warga Kamal Muara penerima bantuan bedah rumah Tzu Chi tahap ke-3.

Total sebanyak 30 rumah tak layak huni di wilayah Kamal Muara telah dibedah oleh Tzu Chi dalam 3 tahap. Saat ini sebanyak 10 rumah di wilayah tersebut memasuki proses pembangunan bedah rumah Tzu Chi tahap ke-4.

Bantuan 100 Rumah Layak Huni

Tidak hanya di wilayah Kamal Muara saja, meningkatkan kualitas hidup dengan membangun rumah layak huni juga direalisasikan oleh Tzu Chi Indonesia bersama Pemda DKI Jakarta bagi warga yang tidak memiliki rumah layak huni di wilayah Tanah Tinggi (Jakarta Pusat), Manggarai (Jakarta Selatan), Pulo Gebang (Jakarta Timur), dan Palmerah (Jakarta Barat).

Hingga bulan Februari 2024 ini, program Bebenah Kampung DKI Jakarta dengan target 100 rumah layak huni sudah mulai dengan tahap pembangunan rumah di wilayah Palmerah. Sedangkan wilayah lainnya masih dalam tahap pembongkaran, survei lokasi, serta pengecekan kelengkapan surat-surat rumah milik para calon penerima bantuan

Bebenah Kampung DKI Jakarta yang dilakukan oleh para relawan Tzu Chi.

“Nanti akan keliling ke 5 wilayah (Jakarta Selatan, Jakarta Timur, Jakarta Pusat, Jakarta Barat, Jakarta Utara). Sehingga secara tidak langsung (dalam jangka panjang) bisa mengurangi angka *stunting*, begitu juga mengatasi TBC. Terima kasih kepada rekan-rekan Tzu Chi, mudah-mudahan kita bisa membangun sinergi untuk membangun Jakarta,” jelas PJ Gubernur DKI Jakarta Heru Budi Hartono.

Tentunya program Bebenah Kampung yang tengah dijalankan Tzu Chi Indonesia bersama Pemda DKI Jakarta ini masih membutuhkan dukungan dan partisipasi dari para relawan dan donatur. Seperti Kata Perenungan Master Cheng Yen, “Kekuatan akan menjadi besar bila kebajikan dilakukan bersama-sama, berkah yang diperoleh akan menjadi besar pula.”

□ Tim Redaksi Tzu Chi Indonesia

Salurkan Donasi Anda Melalui:

 **BCA Virtual Account**

00602-00519800027

BEBENAH KAMPUNG DKI JAKARTA

* Rekening Khusus Bebenah Kampung DKI



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 67 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, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari. SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Erlin Septiana, Juliana Santy, Siladhamo Mulyono. DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicitak oleh: PT GRAMEDIA (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@tztchi.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.

Bedah Rumah Tzu Chi

Rumah Sehat, Keluarga Bahagia

Relawan Tzu Chi Bandung giat melaksanakan misi kemanusiaan-nya. Kali ini Tzu Chi Bandung membangun kembali dua rumah warga di Kelurahan Babakansari, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung. Mereka merupakan penerima bantuan program bedah rumah Tzu Chi. Tujuan program bedah rumah ini adalah agar setiap warga penerima bantuan mendapatkan tempat tinggal yang layak, bersih, dan nyaman. Dengan rumah yang nyaman ini warga kemudian bisa meniti kehidupan yang lebih baik lagi tanpa cemas akan kondisi rumah mereka.

Pada 28 Agustus 2023 lalu, relawan melakukan peletakan batu pertama untuk membangun kembali rumah Nasimun (53) dan Endang Taslim (56). “Dari hasil survei beberapa rumah di Kiaracondong, rumah merekalah yang kami rasa tidak layak huni dan dan *nggak* sehat buat ditempati,” ucap Sunawan, relawan penanggung jawab bedah rumah.

Pada 6 Februari 2024, relawan menyerahkan kunci rumah kepada Nasimun dan Endang Taslim. “Semoga mereka bisa meningkatkan kehidupan setelah bedah rumah ini karena sebelumnya mereka memiliki rumah yang tidak sehat dan tak layak huni. Warga sekitar pun ikut membantu dalam proses pembangunan ini,” lanjut Sunawan.

Endang Taslim bekerja sebagai penjahit dan istrinya Siti Warni pedagang roti keliling. Penghasilan mereka hanya bisa memenuhi kebutuhan sehari-hari saja. Keduanya memiliki dua anak yang bekerja sebagai ojek daring. Sedangkan Nasimun seorang pedagang burung di pasar dan istrinya Sumiati bekerja sebagai asisten rumah tangga (ART). Keduanya memiliki dua anak perempuan. Penghasilan mereka tidak cukup untuk memperbaiki rumah.

Penyerahan kunci rumah ini disambut baik Heri Susanto, Lurah Babakansari. “Saya ucapkan terima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi yang telah membantu dua keluarga warga kami terkait pembangunan bedah rumah karena dibangun dari nol. Luar



Dengan penuh sukacita, relawan Tzu Chi Bandung mendampingi Nasimun yang tampak begitu bahagia saat masuk dalam rumahnya yang sudah dibangun kembali oleh Tzu Chi. Rumah yang tadinya rusak dan kurang layak, kini menjadi rumah yang bersih dan sehat untuk ditempati.

biasa saya lihat ini sangat pangling luar biasa. Karena ketika dulu sebelum seperti ini kondisinya sangat parah sekali kemudian dinolkan dua-duanya. Dan saya melihat *progress*-nya. Saya sangat *respect* sekali kepada Tzu Chi yang sudah membantu warga kami,” ucap Heri.

Nasimun dan istrinya Susmiati juga begitu bahagia mendapat bantuan bedah rumah ini. Ia menceritakan kondisi rumahnya dulu jauh dari kata layak apalagi bisa hidup sehat di rumahnya sendiri. “Dulu pas hujan was, takut banjir dan tidak bisa tidur nyenyak. Kalau sekarang sudah enak tidak takut banjir dan anak-anak juga sudah nyaman dan hidup lebih sehat karena matahari bisa masuk. Kalau dulu kan matahari tidak ada dan rumah pendek, banyak tikus, kecoa. Sekarang sudah nyaman, saya berterima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi yang telah membangun rumah saya menjadi seperti ini,” lirih Nasimun.

Hal serupa diutarakan Endang Taslim dan Siti Warni, istrinya. Keduanya menangis bahagia ketika relawan menyerahkan kunci rumah sebagai

tanda selesainya pembangunan rumah dan menjadi hak mereka. “Saya tidak menyangka. Dari awal saya kira tidak akan sampai beres dan hasilnya bagus. *Alhamdulillah* ini sangat bagus sekali. Saya bersyukur, mudah-mudahan kebaikan yang diberikan Yayasan Buddha Tzu Chi kepada saya mendapat balasan lebih. Dulu pulang kerja kalau hujan banjir di kamar itu sampai harus menampung pakai ember, bisa sampai 10 ember. Anak takut tikus, tidur tidak nyaman jadi suka tidur di rumah temannya. Sekarang *Alhamdulillah* sudah tidak ada tikus,” ucap Endang Taslim.

Jalinan jodoh antara Tzu Chi dengan keluarga penerima bantuan bedah rumah menjadi jawaban atas doa dan harapan mereka untuk dapat tinggal di rumah yang layak huni. Semoga program bedah rumah Tzu Chi dapat terus meluas dan memberi manfaat.

Rizki Hermadinata (Tzu Chi Bandung)

Artikel lengkap **Rumah Sehat, Keluarga Bahagia** dapat dibaca di: <https://bit.ly/3P1gd7v>



Dari Redaksi

Sumbangsih Bersama untuk Bantu Sesama

Salah satu kegiatan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia untuk membantu masyarakat adalah bedah rumah. Program ini menyasar kepada masyarakat menengah ke bawah yang memiliki rumah tidak layak huni di beberapa wilayah di Indonesia. Khusus di wilayah Jakarta dan sekitarnya, Tzu Chi Indonesia menjalankan Program Bebenah Kampung untuk mengakomodir serta membangun ulang rumah-rumah warga menjadi layak huni, bersih, sekaligus sehat bagi penghuninya.

Bersinergi dengan Pemprov DKI Jakarta, Tzu Chi Indonesia saat ini menjalankan Program Bebenah Kampung DKI Jakarta dengan target 100 rumah layak huni. Sebaran dari program ini mencakup beberapa titik lokasi di 5 wilayah yakni Jakarta

Utara, Jakarta Barat, Jakarta Pusat, Jakarta Selatan, dan Jakarta Timur.

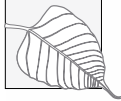
Program ini juga tak lepas dari kontribusi dari para relawan dan donatur Tzu Chi. Berkat sumbangsih mereka, satu persatu rumah yang tak layak huni tersebut dapat dibangun ulang menjadi hunian yang baik bagi keluarga yang menghuninya. Tidak berhenti sampai disini, setelah rumah selesai dibangun, relawan Tzu Chi juga memberikan perhatian dengan memberikan barang-barang untuk keperluan rumah tangga yang siap digunakan di rumah yang baru.

Bukan hanya membangun ulang rumah dan memberikan barang-barang rumah tangga, setelah para penerima bantuan bedah rumah mulai menempati rumahnya, relawan Tzu Chi juga melakukan pendampingan.

Salah satunya adalah sosialisasi hidup sehat serta mengajak para penerima bantuan untuk ikut aktif berpartisipasi dengan bersumbangsih lewat celengan bambu Tzu Chi.

Bukan tanpa alasan, dengan celengan bambu relawan Tzu Chi mengajak para penerima bantuan bedah rumah untuk ikut memegang tongkat estafet untuk membantu orang lain. Bukan dilihat dari besarnya, tapi niat tulus untuk ikut bersumbangsih dalam membantu orang lain. Nilai-nilai inilah yang terus dibangun supaya sebersit niat tulus untuk membantu sesama ada di dalam hati semua orang. Setiap hari berniat baik, setiap hari berbuat kebajikan.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

—
上人開示
—


Pesan Master Cheng Yen

Mempraktikan Jalan Kebenaran di Dunia dengan Pikiran Jernih



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://bit.ly/49QxesU>

Himpunan tetes-tetes cinta kasih dapat menciptakan kekuatan yang besar

Mengembangkan pikiran yang damai dan jernih

Menghargai kebajikan di tengah dunia yang terus berubah

Mempraktikkan jalan kebenaran di dunia dan memahami sumbernya



Berkat himpunan tetes-tetes cinta kasih dari semua orang, kita dapat menyalurkan bantuan internasional. Untuk itu, kita harus menghargai setiap koin. Saya selalu mengingatkan kalian semua untuk tidak meremehkan uang kecil. Harap kalian dapat menyisihkan uang-uang kecil ini guna membantu orang-orang yang membutuhkan.

Waktu terus berlalu. Bunyi gemerincing terdengar dari dalam celengan bambu. Kita mungkin tidak bisa mendengarnya setiap hari, tetapi dengan kita terus mempraktikkan cinta kasih, bunyi gemerincing koin akan terus terdengar.

Berada dalam suasana yang sangat hening, kita dapat mendengar suara napas alam. Pada subuh yang sangat hening, langit masih gelap. Meski langit masih gelap tetapi perlahan-lahan menjadi terang. Inilah yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari kita. Subuh yang hening dengan suara napas alam adalah waktu dan kondisi yang kita lalui setiap harinya. Dalam satu hari, pada saat inilah kita merasa paling damai dan tenang.

Saat kalian melantunkan Sutra Makna Tanpa Batas, terdapat sebuah penggalan yang berbunyi, *“Hatinya hening dan jernih, tekadnya luas dan luhur.”* Beberapa kata ini mendeskripsikan bagaimana hati manusia yang tulus dan jernih dapat menyatu dengan bumi dan alam semesta. Pada saat itu, hati kita bagai seluas alam semesta. Jadi, saya sering mengatakan bahwa kita harus melapangkan hati hingga dapat merangkul seluruh alam semesta.

Sesungguhnya, semua orang dapat mencapai kondisi seperti ini dan hati kita dapat merangkul seluruh alam semesta. Alam semesta adalah makrokosmos. Benda-benda langit juga merupakan bagian dari alam semesta. Hati kita dapat merangkul seluruh alam semesta karena hati kita lebih luas dari alam semesta. Demikianlah kita memiliki hati yang begitu lapang. Inilah kondisi Kebuddhaan.

Buddha memahami segala sesuatu di alam semesta dan tiada hal yang tidak diketahui-Nya. Kehidupan, materi, dan pikiran disebut sebagai tiga fenomena. Tubuh kita akan mengalami lahir, tua, sakit, dan mati. Apakah kematian adalah akhir dari segalanya? Bukan. Kehidupan berikutnya akan dimulai ketika kita terlahir kembali. Jadi, setelah melalui fase lahir, sakit, tua, dan mati, kita akan kembali pada fase lahir dan mengulangi siklus ini.

Sesungguhnya, yang paling penting ialah waktu di antara kelahiran dan kematian. Ini adalah jangka waktu kehidupan kita. Kita dapat menciptakan banyak nilai semasa hidup. Semasa hidup, tubuh kita tidak bersih. Jika pikiran kita selalu diselimuti kegelapan batin, kita akan menciptakan karma buruk melalui tindakan kita. Karena itu, kita hendaknya mengamati bahwa tubuh ini tidaklah bersih dan perasaan membawa derita.

Ada orang yang hidup menderita setiap harinya. Mereka selalu merasa tidak puas dan tidak bahagia. Manusia merasa tidak puas serta terus memikirkan apa yang belum didapat dan apakah proses untuk mendapatkannya

bisa berjalan lancar. Semua ini adalah noda batin kita. Apakah ini semua dapat dilihat dengan mata kita?

Dunia Terus Berubah

Belakangan ini, saya sering bertanya kepada orang-orang yang mengunjungi saya, *“Kamu siapa?”* Ketika mereka memberi tahu nama mereka, saya menjawab, *“Kamu sudah lama tidak pulang. Saya sampai tidak mengenalmu.”* Itu karena penampilan manusia mengalami perubahan. Lebih dari 50 tahun yang lalu, Griya Jing Si kita selesai dibangun. Dari yang awalnya hanya sebuah ruang kecil, sekarang sudah menjadi ruang yang besar. Bukankah ini mencerminkan bahwa segalanya mengalami perubahan? Intinya, manusia dan lingkungan sama-sama berubah. Waktu berlalu dengan cepat. Beberapa puluh tahun kemudian, ruang ini akan lapuk dan sekelilingnya juga mungkin menjadi berbeda. Jadi, segala sesuatu di dunia terus berubah tanpa ada bentuk yang tetap. Inilah yang diajarkan Buddha kepada kita.

Segala sesuatu terus mengalami perubahan. Dari bayi hingga tua, manakah penampilan wajah kita yang sesungguhnya? Penampilan wajah selalu berubah dan tidak pernah tetap. Ambil sebatang pohon sebagai contoh. Kapan pohon ini muncul? Bagaimanapun bentuknya, pohon tumbuh dari benih. Jika benihnya dibelah, kita tidak dapat melihat pohon di dalamnya. Lalu, apa yang ada di dalamnya? Inilah yang sekarang kita sebut sebagai gen. Benih mengandung gen. Bagaimana dengan manusia? Kita juga tersusun atas gen.

Dengan prinsip yang sama, manusia tumbuh dari embrio, sedangkan pohon, rumput, dan sayuran tumbuh dari benih. Jadi, jenis tanaman yang berbeda memiliki benih yang berbeda. Kita semua seharusnya memahami bahwa segala sesuatu di dunia ini memiliki sumber dan membutuhkan waktu untuk berkembang hingga menjadi seperti sekarang ini.

Bodhisatwa sekalian, saya benar-benar berharap kalian dapat menganggap perkataan saya sebagai benih. Ketika kalian memahami apa yang saya ajarkan, itu akan menjadi sebutir benih. Setiap ajaran yang saya babarkan dapat menjadi benih pengetahuan di ladang batin kalian. Inilah yang disebut prinsip kebenaran. Saya sedang membabarkan prinsip kebenaran dan bukan sekadar berkata-kata kosong. Semua perkataan saya mengandung kebenaran. Karena itu, kalian harus mendengarkannya dengan sungguh-sungguh.

Di masa lalu, saya sering membahas tentang apa yang sedang terjadi di seluruh dunia. Sekarang, saya masih berbicara tentang dunia, tetapi tidak membahas peristiwa di dunia, melainkan benih atau sumber dari segala sesuatu di dunia. Manusia dibutuhkan untuk membabarkan dan mewariskan prinsip kebenaran. Jadi, harap Bodhisatwa sekalian senantiasa bersungguh hati.

❑ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 14-2-2024

Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia

Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet

Ditayangkan tanggal 16 Februari 2024

「弘法利生信願行・蔬食共善護大地」

Menyebarkan Dharma dan Membawa Manfaat bagi Semua Makhluk dengan Keyakinan, Ikrar, dan Praktik; Menerapkan Pola Makan Nabati dan Bersama-sama Berbuat Kebajikan demi Melindungi Bumi

Master Cheng Yen Menjawab

Bagaimana Kita Bisa Melatih Diri Agar Memperoleh Kebijaksanaan?

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:
Bagaimana caranya agar memperoleh kebijaksanaan?

Master Cheng Yen menjawab:
Jika dalam batin tiada gangguan pikiran, dalam setiap hal bersikap optimis dan melakukan segala sesuatunya dengan berpijak pada realitas, tentu akan mendapatkan kebijaksanaan.

Dalam keseharian, kita harus lebih banyak menempa diri. Jangan memikirkan hal yang tidak ingin dikerjakan, juga jangan memikirkan hal yang tidak mampu dikerjakan, lebih banyak memikirkan hal yang memang pantas untuk dikerjakan. Pola pikir jangan terlalu rumit, sebab tidak merumitkan sesuatu adalah sikap yang bijaksana.

❑ Dikutip dari: Jurnal Harian Master Cheng Yen edisi musim panas tahun 2004

Genta Hati

Menciptakan dan Menghimpun Berkah Bagi Dunia

Ketika pintu hati setiap orang mulai terbuka, cahaya dari dalam hati akan terpancar dan membuat dunia yang gelap menjadi cemerlang. Setiap orang hendaknya menciptakan berkah bagi dunia dan menghimpun energi berkah tanpa batas. Demi mengundang keberuntungan di musim semi, semua orang hendaknya menghimpun kekuatan cinta kasih sebagai wujud doa semoga bencana lenyap adanya dan dunia senantiasa aman dan tenteram.

Wejangan Master Cheng Yen pada Pertemuan Pagi Relawan, 6 Februari 2024



TZU CHI BANDUNG: Bantuan Kebakaran

Peduli Korban Kebakaran di Braga

Kebakaran melanda pemukiman padat penduduk di kawasan Braga, Kota Bandung pada Jumat, 2 Februari 2024, pukul 16.30 WIB. Kebakaran diduga bermula dari rumah kosong yang tergenang banjir dan terjadi korsleting listrik. Sebanyak lima rumah rusak parah dan dua rumah mengalami rusak ringan. Tak ada korban jiwa dalam peristiwa tersebut.

Menurut Agus, salah satu pemilik rumah yang terbakar, api cepat menyebar karena rumah-rumah saling berdampingan. “Rumah saya di belakang kena dan sebagian dirobokkan supaya ga merembet,” kata Agus lirih. Korban lainnya, Neneng rumahnya habis terbakar. Ia pun mengetahuinya setelah pulang dari Sumedang. “Dikasih kabar rumahnya kebakaran, kaget terus ke sini lihat rumah bapak saya habis dan barang-barang juga habis, sekarang kami tinggal di Sumedang,” ucap Neneng.

Kemudian pada Senin, 5 Februari 2024 sebanyak tujuh relawan Tzu Chi

Bandung melakukan survei sekaligus penyaluran bantuan. Relawan membawa 17 paket bantuan kebakaran yang berisi peralatan mandi, pakaian, selimut, handuk dan masker medis. Bantuan lainnya seperti 100 kg beras, 5 dus mi instan, 2 dus pakaian layak pakai, 10 liter minyak goreng, dan 19 pcs selimut.

Kedatangan relawan disambut baik Imam Sadikin, Ketua RW 08, Kelurahan Braga, Kec. Sumur Bandung. “Saya ucapkan terima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi yang telah membantu warga saya dengan bantuan ini, sangat membantu sekali. Kemarin kami kebanjiran dibantu, sekarang ada kebakaran dibantu lagi terima kasih banyak,” ujarnya.

“Kami harap bantuan ini setidaknya bisa meringankan warga yang terdampak kebakaran ini, dan tentunya semoga mereka bisa kembali pulih seperti sediakala,” ucap Lim Tek Soe, relawan Tzu Chi.

Eny Herlina, Lana Octaviani (Tzu Chi Bandung)



Sebanyak 17 paket bantuan kebakaran diberikan relawan Tzu Chi Bandung kepada warga yang terdampak kebakaran di wilayah Braga, Kota Bandung.

TZU CHI PEKANBARU: Bantuan Bagi Korban Banjir

Perhatian Bagi Korban Banjir di Palas



Relawan Tzu Chi Pekanbaru membagikan 37 paket sembako kepada warga korban banjir di RT 03/01, Kelurahan Palas, Kecamatan Rumbai, Kota Pekanbaru.

Musim hujan yang berkepanjangan menyebabkan debit air Sungai Siak meningkat

hingga meluap dan mengenangi rumah warga. Seperti yang dialami warga RT 03/01, Kelurahan Palas, Kecamatan



Relawan Tzu Chi di Pematang Siantar membagikan bingkisan Imlek saat melakukan kunjungan kasih ke Panti Lansia dan Tunarungu di Jl. Sisingamangaraja, Pematang Siantar.

TZU CHI MEDAN: Kunjungan Kasih

Berbagi Berkah Imlek di Panti Lansia dan Tuna Rungu

Relawan Tzu Chi di Pematang Siantar kembali menyebarkan jejak langkah cinta kasihnya. Kali ini, Minggu, 18 Februari 2024, masih dalam suasana Tahun Baru Imlek, para relawan berkunjung ke panti Jompo unit Pelayanan Sosial Tunarungu dan Lansia di Jl. Sisingamangaraja, Kecamatan Siantar Sitalasari, Pematang Siantar, Sumatera Utara.

Tiba di lokasi sekitar pukul 13.00 waktu setempat, cuaca yang panas tidak mematahkan semangat para relawan. Kehadiran 19 relawan Tzu Chi ini disambut dengan wajah gembira dan tepuk tangan sehingga membuat suasana lebih hangat dan dekat.

Rudy, relawan Tzu Chi memperkenalkan sejarah tentang Tzu Chi. Relawan juga turut menjelaskan makna Tahun Baru Imlek yang biasa dirayakan oleh orang Tionghoa yang selalu identik dengan warna merah, angpau dan barongsai. Relawan juga membagikan bubur kacang hijau, kue kering Imlek, dan jeruk. Tampak para

relawan membantu membawakan dan menyuapi beberapa oma yang terlihat lemah tidak bertenaga. Rasa senang dan haru terpancar dari wajah mereka seolah mendapat keluarga baru.

Isyarat tangan Satu Keluarga tak ketinggalan ditampilkan para relawan. Dan yang juga ditunggu-tunggu, relawan kemudian membagikan angpau dan paket bantuan yang berisi roti kering, susu, teh, minyak kayu putih, sarung, bedak, lotion anti nyamuk, sabun mandi, cangkir stainless kepada para Lansia. Untuk remaja disabilitas mendapat angpau dan snack, serta roti.

Zul Hendra, perwakilan dari panti bersyukur dengan kunjungan relawan yang membuat para oma, opa, dan anak-anak penyandang disabilitas berbahagia. “Sangat senang dan bersyukur atas kedatangan relawan Tzu Chi yang memperhatikan para lansia dan anak-anak kami. Semoga pertemuan ini bukan yang terakhir,” tuturnya dengan santun.

Iwan (Tzu Chi Medan)

Rumbai, Kota Pekanbaru. Sudah sebulan lebih rumah-rumah warga tergenang banjir dan mengganggu rutinitas warga di sana.

Ada sebanyak 45 keluarga yang terdampak banjir ini. Sebagian warga juga sudah pindah dari daerah tersebut, namun ada pula yang masih menetap. Dinas sosial sudah mendirikan tenda dan menyediakan perahu karet sebagai sarana transportasi bagi warga.

Setelah mendapat laporan tentang banjir ini, relawan Tzu Chi Pekanbaru kemudian melakukan survei ke lokasi pada 3 Februari 2024. Dari peninjauan di lapangan, didapati bahwa warga membutuhkan bantuan sembako karena penghasilan berkurang akibat terdampak banjir dan ada pula yang harus menyewa rumah.

Kemudian pada Selasa, 6 Februari 2024 relawan Tzu Chi Pekanbaru

memberikan 37 paket sembako, yang masing-masing terdiri dari beras 10 kg, minyak 1 liter, gula 1 kg, dan DAAI mi sebanyak 20 bungkus untuk warga terdampak banjir. Bantuan disalurkan di titik kumpul dan ada pula yang diantar hingga mendekati rumah warga yang masih tetap tinggal di lokasi banjir.

Kasdillah (45) merupakan salah satu warga yang memilih bertahan di rumah panggunnya. Pekerjaannya sebagai pengumpul barang bekas terganggu karena tidak ada tempat untuk menampung barang yang dikumpulkan. Baginya bantuan dari Tzu Chi ini sangat membantu. “Syukur Alhamdulillah, bantuan ini sangat berarti bagi kami sekeluarga, bermanfaat sekali,” ungkapnya.

Kho Ki Ho (Tzu Chi Pekanbaru)



Dewa Rezeki (Chai Sen Ye) yang diperagakan relawan Tzu Chi Pontianak sedang membagikan angpau dan snack sehingga membuat suasana Imlek di panti semakin meriah.

Dok. (Tzu Chi Pontianak)

TZU CHI PONTIANAK: Perayaan Imlek

Berbagi Kebahagiaan Bersama Oma dan Opa

Sebanyak 87 relawan Tzu Chi Pontianak mengadakan kunjungan kasih ke Panti Jompo Marie Joseph, pada 4 Februari 2024 untuk merayakan sukacita Imlek bersama 47 opa oma di sana. Suasana Imlek sangat terasa karena relawan mengawali kunjungan ini dengan atraksi barongsai, juga atraksi naga serta Dewa Rejeki (Chai Sen Ye) dengan membagikan angpau kepada opa oma yang diperagakan oleh relawan Tzu Chi Pontianak.

Permainan alat musik tradisional yang menghibur turut ditampilkan. Untuk menyemangati para opa dan oma, beberapa relawan berbagi tugas memberikan pijatan lembut di tangan dan kaki serta membersihkan kuku opa dan oma. Relawan juga menampilkan tarian Imlek serta bernyanyi bersama opa dan oma.

Opa dan oma sangat bergembira dengan berbagai macam hiburan

yang ditampilkan relawan karena bisa ikut bernyanyi dan menari bersama. Semua doa dan rasa bersyukur opa oma ditanggapi dengan gembira oleh para relawan. Para relawan juga memberikan pelukan kepada opa oma, dengan harapan kunjungan ini dapat menggantikan kerabat dan dapat menghibur mereka.

Penampilan isyarat tangan Satu Keluarga tidak luput ditampilkan. Terlihat opa dan oma ikut memperagakannya dengan bersemangat. Seluruh peserta larut dalam suasana bahagia dan terharu. “Saya sangat bersyukur diberi kesempatan menjalin jodoh dengan opa oma di panti jompo ini. Hari ini kami menampilkan atraksi barongsai, naga, isyarat tangan, bernyanyi dan menari, makan bersama, serta membersihkan panti. Semuanya sungguh sangat berkesan bagi saya,” ungkap Lim Tjia Tjheng, relawan Tzu Chi Pontianak.

Agus Tinus (Tzu Chi Pontianak)

TZU CHI SINGKAWANG: Kunjungan Kasih

Paket Cinta Kasih untuk Merayakan Imlek

Menyambut Imlek 2024, relawan Tzu Chi Singkawang menyiapkan sejumlah paket Imlek dan angpau untuk para Lansia di Yayasan Panti Werdha Sinar Abadi pada Sabtu, 3 Februari 2024 serta para penerima bantuan Tzu Chi Singkawang (gan en hu) pada Minggu, 4 Februari 2024. Di Panti Werdha Sinar Abadi, relawan menyiapkan paket cinta kasih berupa baju, angpau, dan hidangan vegetaris untuk disantap bersama opa-oma di sana. Semangat cinta kasih yang dibawa oleh para relawan Tzu Chi Singkawang memberikan senyum manis di wajah opa-oma.

Sebelum hidangan disuguhkan, opa-oma yang hadir diajak bernyanyi dan menari bersama. Bernostalgia sekaligus menyebarkan semangat tahun baru bersama dengan alunan lagu. Setelah bersenang-senang dan paket dibagikan, hidangan vegetaris yang telah disiapkan oleh tim relawan pun juga

disuguhkan. Opa-oma bersama para relawan menikmati hidangan bersama.

Keesokan harinya, Minggu 4 Februari 2024 relawan Tzu Chi Singkawang membagikan paket bantuan kepada penerima bantuan Tzu Chi Singkawang (gan en hu). Kegiatan hari itu dimulai dengan mendengarkan Ceramah Master Cheng Yen bersama. Setelah itu para gan en hu diajak untuk santap makan siang bersama.

Dalam rangka menyambut hari raya Imlek 2024, Tzu Chi Singkawang lalu membagikan paket Imlek yang terdiri dari beras, minuman kemasan, roti, wafer, kacang polong, kopi, mi instan, kue keranjang, dan angpau. Para gan en hu sangat gembira menerima paket Imlek dari Tzu Chi ini. Kebahagiaan yang kita rasakan tidak akan habis jika dibagikan. Malah sebaliknya semakin banyak cinta kasih yang kita berikan semakin berlipat ganda pula kebahagiaan yang kita rasakan.

Veronika (Tzu Chi Singkawang)



Dok. (Tzu Chi Singkawang)

Dalam rangka Imlek, relawan Tzu Chi Singkawang membagikan paket kepada penerima bantuan Tzu Chi Singkawang dan para Lansia di Yayasan Panti Werdha Sinar Abadi.

TZU CHI CABANG SINAR MAS: Bantuan Banjir

Paket Sembako Bagi Korban Banjir di Mesuji Timur

Hujan deras turun sejak awal tahun 2024 di Kecamatan Mesuji Timur, Lampung. Dalam sepekan, hujan dapat turun hampir setiap hari. Akibatnya beberapa tempat di Desa Talang Batu terendam banjir. Terlebih Sungai Buaya yang melintas tak jauh dari desa ini juga meluap akibat banyaknya pohon yang tumbang.

Banjir ini menyulitkan warga beraktivitas dan juga menghambat pasokan bahan makanan. Melihat banyaknya warga yang kesulitan, mendorong Kepala Desa Talang Batu Julham menghubungi relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas (Xie Li Lampung) untuk meminta bantuan pada akhir Januari 2024 lalu. Relawan segera merespon dengan melakukan survei untuk mengetahui kebutuhan warga juga mendapatkan data yang lebih akurat.

Dan pada Sabtu, 3 Februari 2024 dipimpin langsung Humala Sinaga, Ketua Xie Li Lampung, relawan

menyalurkan paket bantuan sembako yang masing-masing berupa 5 kg beras dan 10 bungkus mi instan untuk membantu 746 warga Desa Talang Batu yang terdampak banjir dari tiga dusun, yaitu Dusun Stajim, Dusun Tebing Tinggi, dan Dusun Talang Gunung.

Relawan bergotong royong bersama warga memindahkan bantuan dari truk ke perahu kecil, untuk selanjutnya dibagikan ke warga. Beberapa warga juga tampak membantu penyaluran bantuan ini. “Terima kasih atas bantuan sembakonya ini. Sangat berarti buat kami karena banjir ini kami sulit mendapat kebutuhan bahan pokok. Bantuan ini sangat meringankan kami,” ucap Hata, warga Dusun Tebing Tinggi.

Meski harus menerjang beberapa genangan yang masih ada, penyaluran bantuan ini membawa sukacita bagi relawan. “Bantuan ini mungkin nilainya tidak seberapa, mungkin



Dok. (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)

Relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas (Xie Li Lampung) menyalurkan bantuan bagi 746 warga di Desa Talang Batu, Kecamatan Mesuji Timur, Kabupaten Mesuji, Lampung yang terdampak banjir.

sembako yang kami berikan hanya bisa memenuhi kebutuhan makan harian beberapa hari. Tetapi semoga dapat

meringankan beban bapak dan ibu di desa ini,” pungkas Humala Sinaga.

Donny G Picaully (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)

Vincent Salimputra (Relawan Tzu Chi Jakarta)

Merekam Jejak Cinta Kasih Melalui Artikel, Foto, dan Video

Berawal dari keikutsertaan dalam Tzu Ching Camp tahun 2010, saya mengenal Tzu Chi dan sosok Master Cheng Yen. Sebelum itu mama saya juga sering menonton drama di DAAI TV, namun saya hanya sekilas memperhatikan. Ketika masa liburan datang, komunitas Tzu Ching (relawan muda mudi Tzu Chi) membuka pendaftaran Tzu Ching Camp. Tante saya yang merupakan relawan Tzu Chi, menginformasikan kabar tersebut kepada saya. Saya merasa tidak tertarik karena *camp* tersebut pasti serupa dengan *youth camp* pada umumnya. Di samping itu, saya sudah ada rencana liburan ke beberapa tempat wisata.

Tetapi tante saya tidak berhenti menyakinkan dengan berbagai cara agar saya mengikuti *camp* tersebut. Ditambah dorongan orang tua saat itu, akhirnya saya pun luluh dan menuruti keinginan mereka dengan setengah hati. Tante saya senang bukan kepalang karena berhasil mendaftarkan saya di menit-menit terakhir.

Hari pertama tiba di lokasi penyambutan peserta *camp*, yaitu di balai warga Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, saya dibuat terkesan dengan meja kursi yang rapi serta barisan relawan yang menyambut kehadiran peserta. Selama mengikuti *camp*, kami dikenalkan dengan Budaya Humanis Tzu Chi yaitu bersyukur (*Gan En*), menghormati (*Zun Zhong*), dan mencintai (*Ai*).

Bayangan awal saya tentang *camp* ini seketika runtuh dan berubah 180 derajat saat kami diajak terlibat langsung dalam kunjungan kasih ke rumah *Gan En Hu*, pemilahan barang daur ulang, belajar isyarat tangan, serta penerapan budaya humanis dalam aktivitas sehari-hari seperti tata krama duduk, makan, tidur, dan berjalan. Bagi saya, kegiatan pelatihan diri seperti ini tidak bisa ditemui di *youth camp* pada umumnya. Hal ini membuat saya ingin lebih mendalami Tzu Chi.

Setelah itu, saya sering diajak mengikuti berbagai kegiatan Tzu Ching. Hingga ketika disibukkan oleh kuliah dan pekerjaan, saya sempat vakum dari kegiatan Tzu Ching. Di masa itu para kakak pembimbing Tzu Ching tidak melepaskan saya begitu saja, mereka masih berusaha memahami dan tetap mengajak untuk bersumbangsih. Mereka tetap memberi dukungan, perhatian dan pendampingan. Ini membuat hati saya terenyuh, hingga akhirnya saya kembali aktif dan belajar menjadi kakak pembimbing yang baik bagi adik-adik Tzu Ching.

“Tzu Chi benar-benar mengembangkan cara berpikir dan mengubah perilaku saya.”

Selepas dari Tzu Ching, sebagai alumni Tzu Ching, saya kemudian aktif di komunitas relawan Tzu Chi wilayah Pluit (*Hu Ai Pluit 1*). Saya belajar mengemban tanggung jawab yang lebih besar. Saya merasa beruntung, dipercaya mengemban tanggung jawab dalam Misi Amal dan Misi Budaya Humanis (*Zhen Shan Mei*) Tzu Chi. Melihat tekad yang begitu luar biasa dari *shigu/shibo* dalam mengayomi dan membimbing, membuat saya ingin belajar lebih banyak serta mengenal kedua misi tersebut lebih dalam. Kalau teringat hal tersebut, perasaan ingin kabur pun menjadi hilang, *hehehe...* Jodoh yang sudah ada ini harus dipertahankan dan di jaga baik-baik.

Dan dari apa yang saya saksikan selama menjalani Misi Amal Tzu Chi, saya bersyukur akan kehidupan saya, juga semakin menyadari dan menghargai berkah yang telah saya miliki. Di misi budaya humanis, saya belajar merekam jejak cinta kasih melalui foto,



Dok. Pribadi

video dan artikel. Saya bertekad menyebarkan dan meneruskan kebaikan yang telah dilakukan para relawan, termasuk kisah inspiratif mereka yang jarang diangkat melalui karya jurnalistik. Karya-karya ini diharapkan bisa menginspirasi banyak orang agar tergerak untuk ikut bersumbangsih di jalur kebenaran dan kebaikan.

Tzu Chi sungguh telah mengubah hidup saya. Kalau bukan karena Tzu Chi, arah hidup saya tidak akan sejelas seperti saat ini dan saya mungkin akan menjalani hidup dengan pandangan yang lebih sempit. Tzu Chi benar-benar mengembangkan cara berpikir dan mengubah perilaku saya. □ Seperti yang dituturkan kepada:

Erlu Tan.

Kilas

Gathering Penerima Bantuan

Dukungan Bagi Para *Gan En Hu*

Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Pusat mengadakan pertemuan rutin dengan *Gan En Hu* (penerima bantuan Tzu Chi) serta membagikan 145 paket bantuan pada 4 Februari 2024 di Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Pangeran Jayakarta. Selain itu dalam kegiatan ini juga dihadiri anak asuh Teratai dari tingkat Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas.

Paket bantuan yang dibagikan dalam kegiatan ini terdiri dari susu, diapers, bantuan biaya hidup, bantuan pengobatan, dan biaya transportasi. Karmani (42) warga Pinang Ranti, Jakarta Timur merupakan salah satu penerima bantuan Tzu Chi yang bekerja sebagai pengemudi ojek *online* merasa sangat bersyukur mendapatkan bantuan ini.

“Kalau dulu karena istri saya juga tidak kerja, cuma dagang kopi di sekitar rumah, uang tidak cukup. Setelah saya menerima bantuan rutin setiap bulan dari Tzu Chi sangat-sangat membantu buat di rumah sebagai tambahan selain dari hasil ngojek,” ungkap Karmani.

□ Felicite Angela Maria (*He Qi* Pusat)Felicite Angela Maria (*He Qi* Pusat)

Menyambut Imlek

Berbagi Berkah di Tzu Chi Hospital



Arimami Suryo A.

Menyambut perayaan Imlek di tahun 2024, relawan pemerhati dan manajemen Tzu Chi Hospital memberikan bingkisan angpau berkah, buah jeruk, dan lampion mini kepada para pasien yang sedang menjalani rawat inap di Tzu Chi Hospital, Selasa, 6 Februari 2024.

Salah satu pasien anak yang menerima Angpau berkah ialah Aron Hong (11), asal Gunung Sindur, Kabupaten Bogor. Aron kaget sekaligus senang. Begitu pula dengan Nancy (42), ibu dari Aron juga terharu melihat para relawan pemerhati dan staf Tzu Chi Hospital yang memberikan bingkisan menyambut Imlek kepada anaknya. “Terharu, jarang seperti ini. Kalau di tempat lain pasien ya pasien *aja*. Kalau disini lain *sih*, kita diperhatiin banget,” ucap Nancy.

Tentunya kolaborasi dengan para relawan pemerhati dalam rangka menyambut Imlek ini juga disambut baik oleh manajemen Tzu Chi Hospital. “Mereka merasa ini sebagai suatu berkah dan terharu karena perhatian dari Tzu Chi Hospital cukup besar,” kata Kepala Bidang Penunjang Medis Tzu Chi Hospital, dr. Dewi Mustika.

□ Arimami Suryo A.

Xun Fa Xiang

Sukacita Menyelami Dharma

Pada Minggu, 25 Februari 2024 relawan Tzu Chi Komunitas *He Qi* Barat 1 telah berkumpul di Ruang Budaya Humanis, Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi, Cengkareng Timur, Jakarta Barat, untuk mengikuti kegiatan *Xun Fa Xiang* (Menghirup Harumnya Dharma).

Salah satu peserta *Xun Fa Xiang* Maryam juga merasakan manfaat dalam dirinya setelah ikut kegiatan tersebut. Ia pun juga sudah menjadi relawan Tzu Chi sejak Desember 2023 sampai sekarang. “Semoga setelah ikut terus kegiatan *Xun Fa Xiang* ini, saya bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan juga bisa menginspirasi lebih banyak orang agar turut serta berbuat kebajikan,” kata Maryam.

Kegiatan ini berlangsung dengan lancar berkat kerja sama yang harmonis dari tim *Xun Fa Xiang*. Sebanyak 46 insan Tzu Chi yang hadir di kegiatan ini juga sangat bersukacita. “Semoga perasaan sukacita dalam Dharma terus harum di tiap batin Insan Tzu Chi dan semoga kita selalu dapat berjalan bersama di jalan Bodhisatwa ini,” jelas Yuni Gunawan, Koordinator Utama kegiatan *Xun Fa Xiang*.

□ Christine Desyiliana (*He Qi* Barat)

Dok. He Qi Barat

Sosialisasi Relawan

Memperpanjang Barisan Cinta Kasih

Andi O. (*He Qi* Pluit)

Sebagai salah satu bentuk sosialisasi untuk memperkenalkan Tzu Chi kepada masyarakat, relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Pluit mengadakan sosialisasi relawan baru pada 25 Februari 2024. Bertempat di Gedung DAAI, Lt.1, Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara, sebanyak 27 peserta membangun niat baik disertai kesungguhan hati hendak mengenal lebih dalam dan menjadi relawan Tzu Chi.

Rangkaian acara dibuka dengan serangkaian isyarat tangan sebagai bentuk penyambutan kepada para calon relawan dan dilanjutkan dengan presentasi yang dibawakan oleh relawan Tzu Chi. Ketty, seorang mahasiswa yang turut menjadi peserta kegiatan ini juga merasakan suasana yang hangat dan akrab.

Di tengah kesibukan Ketty berkuliah, ia tetap membangun tekad dan komitmen untuk dapat bersumbangsih dan berguna bagi banyak orang. “Kesibukan saya saat ini berkuliah. Menurut saya, lebih baik saya melakukan perbuatan baik atau mengikuti kegiatan-kegiatan dari Tzu Chi di tengah waktu luang daripada melakukan hal yang kurang berguna atau tidak urgent,” kata Ketty

□ Andi O. (*He Qi* Pluit)

Cermin

Paduan Suara Hutan

Para hewan di hutan akhir-akhir ini sibuk mempersiapkan kompetisi paduan suara tahunan. Selain suara nyanyian, kostum dan semangat tim juga menjadi nilai tambahan kriteria penilaian kompetisi ini. Jadi, selain rajin berlatih menyanyi, para hewan juga merancang kostum dengan cermat untuk menunjukkan keindahan penampilan seluruh anggota tim, dengan harapan dapat membuat para juri terkesan dan mendapatkan hasil yang baik.

Tim monyet yang cerdas memutuskan untuk menggunakan karangan bunga berwarna merah muda sebagai hiasan kepala dan daun yang dijahit menjadi rompi. Sebelum pertandingan, setiap monyet sibuk mengumpulkan bunga dan dedaunan segar. Namun, satu monyet kecil, Xiao Lan tidak terburu-buru. Ia merasa masih mempunyai banyak waktu dan membuat karangan bunga serta menjahit rompi adalah hal yang sangat sederhana, jadi ia sama sekali tidak peduli. Selain terus melontarkan komentar tajam dan kasar, ia hanya tidur di waktu lainnya.

Sehari sebelum pertandingan, para monyet memutuskan untuk mengenakan kostum yang telah mereka siapkan untuk berlatih bersama. Tidak disangka, Xiao Lan tidak menyiapkan apa pun. Saat latihan, ia menjadi anggota tim yang beda sendiri, terasa tidak pada tempatnya dan ini membuat semua monyet marah dan menyalahkan dirinya karena tidak mau bekerja sama. Kemudian, Xiao Lan menyiapkan karangan bunga dan rompi dengan tidak rela.

Menurutnya hal-hal ini sangat mudah dan dapat diselesaikan dalam waktu singkat.

Tanpa disangka, ketika pergi memetik bunga, Xiao Lan menemukan bahwa semua bunga berwarna merah muda telah dipetik, hanya beberapa bunga yang kecil dan jelek yang tersisa. Ia merasa semuanya sama-sama bunga, akhirnya ia hanya membuat hiasan kepala karangan bunga yang seadanya saja. Kemudian, ia tidak sempat memilih daun yang ukurannya hampir sama, sehingga rompi yang dijahit juga berantakan. Namun, karena ini sudah sehari sebelum pertandingan, Xiao Lan berpikir asalkan ada karangan bunga dan rompi, seharusnya tidak apa-apa. Keesokan harinya, ia mengikuti kompetisi dengan mengenakan karangan bunga dan rompi yang dibuatnya secara asal-asalan.

Di akhir pertandingan, kemampuan menyanyi tim kelinci dan tim monyet berimbang sehingga juri sulit menentukan pemenangnya. Namun juri menemukan salah satu monyet di tim monyet mengenakan karangan bunga yang berantakan dan rompinya juga tidak rapi sehingga merusak penampilan tim secara keseluruhan. Oleh karena itu, mereka memutuskan untuk memberikan juara pertama kepada tim kelinci yang

penampilan timnya rapi dan terkoordinasi dengan baik. Xiao Lan mengetahui bahwa karena dirinya tidak sungguh-sungguh dan tidak mengikuti kesepakatan tim, mereka kehilangan medali emas. Ia merasa sangat menyesal, tetapi semua sudah tidak dapat diubah.



Illustrasi: Visakha Abhasaradewi
Penerjemah: Erlina, Penyelaras: Arimami Suryo A.
Sumber Buku: 大爱引领 (Dà Ài Yǐn Háng)

Info Sehat



Dampak Kesehatan Gigi dan Mulut bagi Tubuh

Dokter Gigi Venita (Dokter Gigi RS Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng)

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh kita secara menyeluruh. Namun banyak orang menganggap sepele masalah pada kesehatan gigi dan mulut. Masalah-masalah yang muncul pada gigi dan rongga mulut dianggap tak ada kaitan dengan bagian tubuh yang lain. Sesungguhnya ini merupakan anggapan yang salah. Berikut dampak dari kesehatan gigi dan mulut yang buruk:

- 1 Penyakit Gusi**
Penyakit gusi muncul dari kesehatan mulut yang buruk dan dapat berlanjut hingga ke kehilangan gigi.
- 2 Penyakit Kardiovaskuler**
Bakteri dari plak dapat masuk ke pembuluh darah dan menyumbat arteri. Pada gilirannya aliran darah akan terganggu dan muncul penyumbatan di jantung.
- 3 Penyakit Saluran Pernapasan**
Bakteri dan plak dari penyakit periodontal dapat masuk ke tubuh dan ke paru-paru, menimbulkan infeksi, bronchitis, bahkan pneumonia.
- 4 Diabetes**
Penyakit pada gusi dapat meningkatkan kadar gula darah dan memiliki resiko mengidap diabetes.
- 5 Demensia**
Bakteri dari mulut dapat menyebar ke saraf ataupun masuk ke aliran darah. Hal ini menimbulkan kematian sel-sel otak yang bisa membuat kehilangan daya ingat.
- 6 Komplikasi Kehamilan**
Periodontitis dan gingivitis berhubungan dengan kelahiran prematur dan berat lahir rendah. Jadi sangat penting untuk menjaga kesehatan mulut selama kehamilan.
- 7 Kanker**
Kesehatan mulut yang buruk juga dapat meningkatkan resiko terhadap kanker pankreas, kanker ginjal, dan kanker darah selain tentu saja kanker mulut.
- 8 Penyakit Ginjal**
Pasien dengan penyakit gusi memiliki kekebalan tubuh yang lemah dan rentan infeksi. Penyakit ginjal dapat muncul sebagai akibat dari infeksi.
- 9 Arthritis**
Bakteri dari periodontitis dan gingivitis dapat meningkatkan peradangan dalam tubuh yang kemudian mengakibatkan meningkatnya resiko terhadap rheumatoid arthritis.
- 10 Infertilitas**
Banyak penyakit yang berhubungan dengan penyakit gusi dapat menyebabkan kesulitan bagi mereka yang ingin hamil serta mereka yang ingin mempertahankan kesehatan kehamilannya.

Sedap Sehat

Jamur Woku Manado



- Bahan-bahan:**
- 250 gr jamur kepala monyet
 - 2 ikat kemangi
 - 6 lembar daun jeruk
 - 2 lembar daun kunyit
 - 2 batang Serai
 - 3 buah tomat
 - 2 sdt kaldu jamur
 - 2 sdt garam
 - 1 sdm gula pasir
 - 750 ml air
 - 2 sdm minyak sayur

- Persiapan Bahan:**
- 10 buah cabai merah besar
 - 6 buah cabai rawit
 - 5 buah kemiri
 - 3 cm kunyit
 - 3 cm jahe
 - (semua bumbu halus ditumbuk / blender halus)

- Cara Memasak:**
- Panaskan minyak dalam wajan, lalu tumis bumbu halus hingga wangi. Masukkan daun jeruk, daun kunyit, serai, dan tomat yang sudah dipotong-potong. Masak sampai matang dan harum.
 - Masukkan jamur kepala monyet ke dalam tumisan bumbu lalu tambahkan air, masak sampai mendidih. Tambahkan gula, garam, dan kaldu bubuk, masak dengan api kecil selama 15 menit sambil ditutup.
 - Terakhir masukkan daun kemangi, aduk merata sekitar 1 menit. Angkat lalu sajikan.

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara

Foto: Arimami Suryo A.



Ragam Peristiwa



PELATIHAN PENDIDIKAN BUDI PEKERTI (21 FEBRUARI 2024)

MEWUJUDKAN PENDIDIKAN BERKUALITAS DAN HUMANIS. Tzu Chi Indonesia berkolaborasi dengan Yayasan Kemala Bhayangkari (YKB) mengadakan pelatihan pendidikan budi pekerti. Pelatihan ini dihadiri 150 orang anggota Yayasan Kemala Bhayangkari (YKB) Bidang Pendidikan se-Jabodetabek dan 700 peserta guru yang mengikuti secara *online* dari seluruh Indonesia.

Anand Yahya



BEDAH RUMAH DI PULO GEBANG (24 FEBRUARI 2024)

SURVEI CALON PENERIMA BANTUAN. Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi Timur* sedang berbincang-bincang dengan salah satu warga calon penerima bantuan *Program Bebenah Kampung DKI Jakarta* yang dilaksanakan Tzu Chi Indonesia bersama dengan Pemda DKI Jakarta di wilayah Pulo Gebang, Cakung, Jakarta Timur. Dalam kegiatan ini, ada sebanyak 27 rumah yang disurvei oleh relawan Tzu Chi.

Suyanti (He Qi Timur)



PELATIHAN RELAWAN ZHEN SHAN MEI (25 FEBRUARI 2024)

MEMBUAT KONTEN DAN DESAIN INSPIRATIF. Sebanyak 40 relawan dokumentasi Tzu Chi Indonesia mengikuti Pelatihan Pengelolaan Medsos dan Panduan Desain di Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara. Pelatihan ini bertujuan meningkatkan kemampuan serta menjadi panduan relawan saat akan mempublikasikan kegiatan di komunitas.

Feranika Husodo (He Qi PIK)



KUNJUNGAN KE DEPO PELESTARIAN LINGKUNGAN (26 FEBRUARI 2024)

BELAJAR SEKALIGUS PRAKTIK. Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi di Pantai Indah Kapuk ramai dikunjungi 56 mahasiswa dari Universitas Bina Nusantara (BINUS) dan Universiti Teknologi MARA Malaysia. Kegiatan mereka dalam kesempatan ini untuk belajar memilah barang yang bisa didaur ulang dan dipandu oleh relawan Tzu Chi.

Metta Wulandari

Tzu Chi Internasional

Bantuan Banjir Tzu Chi di Filipina

Kehangatan Bagi 751 Keluarga Terdampak Banjir



Dok. Tzu Chi Filipina

Sebagai bentuk perhatian dan dukungan kemanusiaan, Tzu Chi Filipina membagikan 751 paket bantuan kepada warga yang terdampak banjir di Barangay Magupising Municipal Dujali, Davao del Norte, Filipina.

Hujan deras yang turun selama berminggu-minggu di Filipina Selatan memicu bencana tanah longsor yang fatal di area pegunungan di Provinsi Navao de Oro. Sebuah desa pertambangan terkena musibah tanah longsor dan mengakibatkan sedikitnya tujuh orang meninggal dunia dan menyebabkan puluhan

orang hilang. Keluarga korban hilang saling berpelukan satu sama lain dan menangis. Mereka sulit menerima kenyataan ini.

Saat ini juga ada 800.000 orang yang terkena dampak banjir di Filipina Selatan. Jalan dan jembatan di lokasi bencana terputus. Banyak kota yang mengalami pemadaman listrik dan

kesulitan air bersih. Ada tiga puluh dua kota yang aktivitas kerja warganya berhenti total. Penduduk yang terkena dampak bencana mendirikan tenda-tenda sementara di pinggir jalan. Di area yang banjirnya sudah surut, terlihat perabotan rusak di mana-mana. Hasil pertanian juga mengalami kerusakan parah dan masyarakat sangat membutuhkan bantuan.

Bergerak Cepat Membantu Warga

Relawan Tzu Chi di wilayah Davao, Filipina mulai melakukan survei bencana setelah banjir perlahan-lahan mulai surut. Pada tanggal 7 Februari 2024, sehari setelah survei bencana, mereka mulai berangkat dan menyalurkan bantuan ke wilayah-wilayah yang terkena dampak lebih parah dan terpencil. Pembagian barang bantuan dilakukan di Barangay Magupising Municipal Dujali, Davao del Norte.

Relawan Tzu Chi melakukan pembagian tugas secara mendetail. Hanya dalam waktu satu hari, mereka sudah menghubungi instansi pemerintah, serta membeli, mengemas, dan memuat barang bantuan. Salah satu

barang bantuan yang disiapkan adalah tempat tidur lipat serba guna Jing Si. Semua barang bantuan dimuat ke dalam enam truk besar.

Barang bantuan yang dibawa oleh relawan didistribusikan kepada 751 keluarga, diharapkan bantuan ini dapat membantu para korban bertahan di saat-saat yang sulit ini. Melihat relawan Tzu Chi membawa beras, air mineral, dan barang-barang bantuan lainnya, warga merasa sangat gembira. Banyak orang berinisiatif membantu menurunkan barang bantuan. Masyarakat yang menerima barang bantuan juga tersenyum bahagia.

Setiap keluarga menerima 20 kilogram beras, air mineral, makanan instan, perlengkapan mandi, kaos oblong, tempat tidur lipat serba guna Jing Si, selimut, dan lain-lain. Totalnya ada tiga belas jenis barang bantuan. Salah satu korban bencana bernama Rayan (35) berkata, "Saya belum pernah mengalami bencana alam seperti ini. Saya juga belum pernah melihat organisasi pemberi bantuan yang bisa datang secepat ini."

❑ Sumber: <http://tw.tzuchi.org>
Penerjemah: Erlina