



只要自問做得對與否，
不要怕壓力，

“Jangan takut pada tekanan batin, kita hanya perlu bertanya pada diri sendiri apakah telah berbuat dengan benar atau tidak.”

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



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

Tzu Chi
Indonesia



Ratusan relawan dan peserta dari masyarakat umum memulai Chao Shan (pradakshina) dengan hati yang tulus. Chao Shan digelar dalam rangka menyambut Hari Waisak, sekaligus peringatan Hari Ibu Internasional dan Hari Tzu Chi Sedunia Tahun 2017.

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

Menggenggam Ketulusan dalam Cinta Kasih

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia memperingati berdirinya Yayasan Buddha Tzu Chi Taiwan sekaligus lahirnya pendiri Tzu Chi, Master Cheng Yen. Bukan dengan perayaan mewah, peringatan Ulang Tahun Tzu Chi ke-51 ini dirayakan penuh khidmat dengan pembacaan Sutra Bhaisajyaguru melalui sambungan langsung dengan Griya Jing Si Taiwan.

Sebanyak 125 relawan Tzu Chi mengikuti pembacaan Sutra yang digelar di *Fu Hui Ting*, Aula Jing Si Lt. 2, Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara, pada Kamis, 20 April 2017. Selain di Jakarta, pembacaan Sutra Bhaisajyaguru untuk memperingati HUT Tzu Chi ke-51 ini juga digelar di Kantor Tzu Chi di kota-kota lainnya di Indonesia, seperti Batam, Medan, Tanjung Balai Karimun, dan Pekanbaru.

Ulang tahun Tzu Chi yang jatuh setiap tanggal 24, bulan 3 penanggalan Lunar selalu menjadi momen penting bagi insan Tzu Chi di seluruh dunia. Di Indonesia, momen ini dijadikan pemacu semangat untuk berbuat lebih banyak lagi bagi masyarakat dengan hati yang tulus. “Tulus itu melakukan segala sesuatu dengan cinta kasih dan sepenuh hati. Banyak relawan Tzu Chi Indonesia yang sama sekali tidak mengerti bahasa Mandarin, tetapi semangat Master Cheng Yen terpatri sangat dalam di hati mereka. Itu yang membuat Master *Gan En* (berterima kasih) terhadap kita,” kata Chia Wen Yu, relawan komite Tzu Chi Indonesia.

Chia Wen Yu pun mengambil contoh dua orang relawan: Like Hermansyah dan Wie Sioeng yang tidak mengerti bahasa Mandarin namun bisa menjalankan Tzu Chi dengan sepenuh hati. Tentu di luar itu masih banyak lagi relawan yang mempunyai semangat serupa.

Mendengar *sharing* Chia Wen Yu, Yusdeli Ai Mei, relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi* Timur sepenuhnya setuju. “Memang kekuatan relawan Tzu Chi ada pada ketulusan. Kalau kita tidak tulus, kita sendiri yang akan kesulitan. Dalam enam tahun memegang Misi Amal, saya pastinya selalu belajar karena setiap penerima bantuan mempunyai keunikan tersendiri. Karena itu, kita harus mendalami setiap kasus dengan hati dan menjadikan ketulusan sebagai dasar untuk membantu orang lain,” ujarnya.

Ucapan Terima Kasih Master Cheng Yen kepada Murid-muridnya

Usai khidmat membacakan Sutra Bhaisajyaguru, relawan Tzu Chi mendengarkan ceramah Master Cheng Yen secara langsung. Melalui ceramahnya, Master Cheng Yen mengungkapkan terima kasih kepada murid-muridnya. “Hari ini Tzu Chi menginjak usia ke-51, artinya hari ini adalah hari pertama tahun ke-52 bagi Tzu Chi. Selama 51 tahun ini semua pencapaian Tzu Chi adalah berkat kalian (relawan Tzu Chi) semua. Tetes demi tetes cinta kasih Tzu Chi dapat mengalir karena kalian semua. Empat misi Tzu Chi bisa ada sampai sekarang, berkembang empat-empatnya hingga ke seluruh dunia adalah karena relawan yang ada di seluruh dunia yang terus mengembangkan semangat Tzu Chi dan menjalankan praktik nyata ajaran Buddha di dalam masyarakat.”

Menjernihkan Hati, Kembali pada Hakikat Diri

Sementara itu dalam rangka menyambut peringatan Hari Waisak, sekaligus Hari Ibu Internasional dan Hari Tzu Chi Sedunia 2017, relawan Tzu Chi mengadakan kegiatan *Chao Shan* berupa ritual *Namaskara “San bu yi bai”* (Tiga Langkah Satu Sujud). Kegiatan ini diselenggarakan pada Minggu, 30 April 2017 pukul 05.00 WIB di lapangan Teratai Aula Jing Si, PIK, Jakarta Utara. Sebanyak 329 peserta, baik relawan dan masyarakat umum yang hadir berbaris rapi dan menenangkan hati, berdoa semoga dunia bebas dari bencana. Diiringi lantunan “*Na Mo Ben Shi Shi Jia Mo Ni Fo*” (memuji nama Buddha) para peserta memulai *Chao Shan* dengan hati yang tulus.

Di antara para peserta, ada sepasang suami-istri relawan Tzu Chi yang selalu semangat mengikuti *Chao Shan*, yaitu Benny Setiawan (72) dan Tandri Meliawati (65). “Asal ada *Chao Shan* kita selalu mau ikut, yang penting diniatkan, tidak perlu banyak khawatir. Melalui kegiatan *Chao Shan*, kita menyucikan pikiran, berdoa maka hati akan jernih dan badan lebih segar,” ucap Benny bersemangat.

Hari itu Benny dan Tandri bangun sejak pukul 3 pagi. Mereka bersiap-siap dan keluar rumah untuk menjemput tujuh relawan lainnya, baru bersama-sama ke Aula Jing Si untuk berdoa. “Kalau saya ikut *Chao Shan* pikiran jadi tenang, konsentrasi

berdoa untuk kebaikan dunia ini,” ucap Tandri. Semangat, kesederhanaan, dan ketulusan hati membuat Benny dan Tandri bahagia dan tidak mengeluh lelah sedikit pun.

Setelah *Chao Shan*, peserta diajak mendengarkan ceramah Master Cheng Yen berjudul *Kesombongan Membawa Kegagalan*. Master Cheng Yen mengajarkan bahwa pikiran adalah pelopor. Terlahir sebagai manusia dan bertemu ajaran Buddha hendaknya kita bersyukur. Meluruskan pikiran dan menjalankan disiplin moral, setahap demi setahap dalam kehidupan, jangan sampai lengah sehingga timbul noda batin.

Selain itu, berbakti kepada orang tua dan menjalankan kewajiban adalah jalan kembali pada hakikat sejati. Jika ingin berbakti harus patuh dan hormat, merawat orang tua, dan menjaga diri baik-baik. Kesombongan membawa kegagalan, kita harus mengecilkan ego agar dapat masuk ke hati orang lain dan hidup harmonis.

Semoga ketulusan dan niat baik semua orang dalam kegiatan ini dapat memberikan manfaat dan mendatangkan kebajikan bagi setiap orang. Semoga dapat menyucikan hati, menenteramkan masyarakat, dan menghindarkan dunia dari bencana.

□ Metta Wulandari, Yunita Margaret (*He Qi* Utara 2)

Artikel selengkapnya dapat dibaca di:
<https://goo.gl/hYFp0>





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

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

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

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

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

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

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Ivana Chang.
PEMIMPIN REDAKSI: Anand Yahya.
REDAKTUR PELAKSANA: Yuliati. **EDITOR:** Hadi Pranoto, 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, Suheni, Urip Junoes. **PENGEMBANGAN RELAWAN DOKUMENTASI:** Djohar Djaja, Erli Tan, Halim Kusin, 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.

Kunjungan Kasih (Penerima Bantuan Pengobatan Tzu Chi)

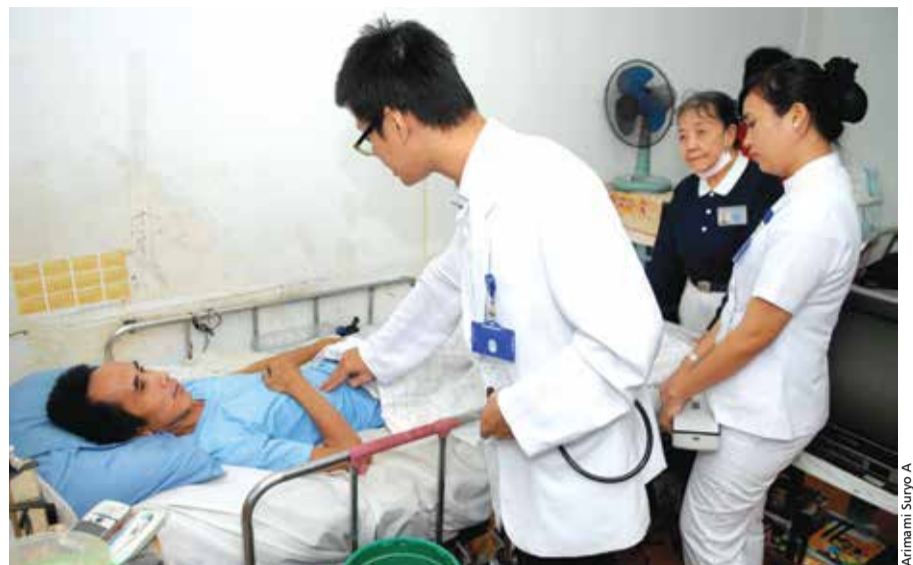
Sepenuh Hati Merawat Kurniadi

“Niat Kurniadi (45) untuk melanjutkan sekolah kesetaraan Kejar Paket B (SMK) pun kandas setelah ia tidak dapat berjalan karena musibah yang menimpa dirinya saat bekerja pada 2007 silam. Secara berkala relawan terus memantau kondisi kesehatannya. Bahkan, dokter dari RS Cinta Kasih Tzu Chi pun memberikan pelayanan kesehatan di rumahnya.”

Kurniadi dulu bekerja di wilayah Cikarang, Bekasi, Jawa Barat. Karena kebijakan perusahaan, ia dimutasi ke gudang kantor di wilayah Sunter, Jakarta Utara. Sebelum dipindahkan, Kurniadi sudah mendaftar sekolah kesetaraan Kejar Paket B (setingkat SMK) di Bekasi, Jawa Barat. “Saya sekolah Kejar Paket B untuk meneruskan pendidikan yang saat itu tidak dapat saya lanjutkan,” ungkap Kurniadi.

Semangat untuk meraih kehidupan yang lebih baik dari pria kelahiran Jakarta, 12 Oktober 1971 ini pun sungguh tak terbendung. Namun takdir berkata lain. Pada bulan Juli 2007, saat sedang membongkar alat berat dari truk kontainer, tiba-tiba salah satu alat berat yaitu mesin penggiling padi tergelincir dari posisinya dan menimpa Kurniadi. “Alat berat dengan berat 250 kg tersebut jatuh. Refleks, saya langsung menghindar karena arahnya ke kepala,” ungkapnya. Walaupun sudah menghindar, tetapi alat tersebut tetap mengenai bagian pinggul Kurniadi.

Kurniadi dirawat selama satu bulan di Rumah Sakit (RS) Islam Jakarta, Cempaka Putih, Jakarta Pusat. Karena tidak kunjung membaik, akhirnya Kurniadi dibawa pulang ke rumahnya di Jalan Bungur Besar VII, RT 008/003, Senen, Jakarta Pusat bersama M. Tahir, salah satu kakaknya yang setiap hari mengurus Kurniadi karena sudah tidak bisa berjalan. Pada tahun 2014, Yang Lien Hwa dan Atjun, dua relawan dari *Xie Li* Sunter saat melakukan kunjungan kasih mendapat laporan dari Ketua RT 008/003 bahwa ada salah satu warganya (Kurniadi)



Dokter umum Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi, dr. Budi Setiawan bersama perawat dan relawan Tzu Chi memeriksa kondisi perut Kurniadi, pasien penerima bantuan pengobatan Tzu Chi di rumahnya, di wilayah Bungur, Senen, Jakarta Pusat.

yang tidak bisa berjalan membutuhkan bantuan.

“Saat itu kondisi rumahnya (Kurniadi) pendek dan lantainya lebih rendah dibandingkan rumah-rumah yang lain, jika hujan terkadang banjir,” ungkap Yang Lien Hwa. Di tahun yang sama, rumah Kurniadi pun terendam banjir setinggi 50 sentimeter. Kurniadi kemudian dievakuasi menuju Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat dan tinggal sementara sekaligus menjalani pengobatan di Rumah Sakit Cinta Kasih Tzu Chi. Rumahnyapun juga direnovasi agar lebih layak, bersih, sehat, dan tidak terkena banjir. Pada bulan Maret 2017, Kurniadi mengeluhkan kondisi pencernaannya kepada relawan Tzu Chi saat kunjungan kasih. Relawan pun segera merespon dengan melaporkan kondisi yang dialami oleh Kurniadi kepada Yayasan Buddha Tzu Chi.

Penanganan ke Rumah Pasien

Laporan dari relawan tentang kondisi Kurniadi segera diteruskan oleh Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia kepada pihak Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi supaya diberikan penanganan. Kemudian pada 6 April 2017, pihak Rumah Sakit Cinta

Kasih (RSCK) Tzu Chi segera mengirimkan dokter, perawat, dan beberapa staf untuk melihat kondisi Kurniadi.

Kurniadi pun ditangani oleh dokter umum RSCK, dr. Budi Setiawan untuk mendapatkan perawatan serta pengobatan. “Hari ini kita mengunjungi Kurniadi, pasien yang mempunyai riwayat *fractures column vertebrae* (patah tulang di tulang bagian belakang-red) yang mengalami kesulitan BAB (buang air besar),” ungkap dr. Budi Setiawan. Ia juga menambahkan, keluhan yang dialami oleh Kurniadi karena ia tidak bisa banyak bergerak sehingga mengganggu pencernaanannya.

Dr. Budi Setiawan juga berharap Kurniadi mau melakukan operasi lanjutan karena sampai saat ini, Kurniadi masih merasa takut untuk melakukan operasi lanjutan karena memiliki resiko. “Jika (pasien) mau ada perubahan yang signifikan, ya harus mengambil pilihan tersebut. Minimal bisa duduk, supaya bisa berjalan dengan kursi roda,” kata dr. Budi Setiawan memotivasi. □ Arimami Suryo A

Artikel ini dapat dibaca di:
<https://goo.gl/1Vfll4>



Dari Redaksi

Membangun Interaksi Positif

Banyak orang beranggapan bahwa Tzu Chi adalah tempat untuk berbuat amal atau kebajikan saja, namun sebenarnya Tzu Chi juga merupakan sebuah wadah untuk melatih diri dan mengembangkan kebijaksanaan. Jadi, selain berbuat kebajikan, para insan Tzu Chi sebenarnya juga belajar banyak hal, baik yang berdampak positif pada diri sendiri maupun masyarakat.

Perjuangan para relawan Tzu Chi Indonesia dalam membantu warga yang rumahnya tidak layak huni pada awal 2007 silam kini menjadi contoh model pembangunan di Jakarta. Seperti program bedah rumah Pemerintah Provinsi DKI Jakarta yang resmi dijalankan di wilayah Cilincing, Jakarta Utara pada Senin, 17 April 2017. Begitu pula dengan pemberian bantuan bencana. Dalam aktivitas pemberian bantuan bencana, pendekatan yang dilakukan badan penanggulangan bencana juga tidak

hanya berfokus pada bantuan fisik semata, tetapi juga menyentuh batin mereka.

Program pemberian bantuan bagi korban bencana sudah dilakukan relawan Tzu Chi sejak Tzu Chi berlabuh di bumi pertiwi (tahun 1993). Dalam hal pemberian bantuan, insan Tzu Chi tidak hanya memberi bantuan dalam bentuk materi, tetapi juga membimbing batin mereka dengan pendampingan yang berbudaya humanis. Berkat “sentuhan” tersebut saat ini banyak masyarakat Indonesia yang bergabung ke dalam barisan relawan Tzu Chi Indonesia. Mereka turut bersedia membantu sesama dalam berbagai kegiatan sosial kemanusiaan, seperti baksos kesehatan, penanganan pasien, bantuan pendidikan, bedah rumah, bantuan bagi korban bencana, pelestarian lingkungan dan lainnya.

Keberhasilan Tzu Chi untuk membangkitkan cinta kasih muncul salah satunya karena adanya suatu peristiwa. Dalam memberikan

bantuan, Master Cheng Yen, pendiri Tzu Chi selalu mengupayakan cara terbaik agar dapat menolong orang yang kesusahan secara materi dan juga menenteramkan batin mereka. Contohnya bencana tsunami yang terjadi di Aceh pada tahun 2004, bencana gempa di Padang, dan banjir bandang di Manado. Kini di kota-kota tersebut sudah terdapat relawan Tzu Chi.

Selain itu, rutusnya baksos kesehatan yang dilakukan di Jayapura, Biak, Singkawang (Kalimantan Barat), dan beberapa kota lainnya di Indonesia juga turut menyuburkan benih-benih Tzu Chi sana. Hal ini salah satunya karena relawan Tzu Chi selalu menggendeng masyarakat setempat untuk bersamasama terlibat langsung dalam kegiatan kemanusiaan ini. Dengan begitu maka rasa untuk saling peduli dan tolong menolong akan kian tumbuh dalam hati mereka.

Anand Yahya
Pemimpin Redaksi

Pesan Master Cheng Yen

Menginspirasi Kebaikan di Dalam Hati

Semua orang bersatu hati dan berdoa dengan tulus

Bersama-sama melatih diri dan mempraktikkan Dharma secara nyata

Di seluruh dunia terkandung benih Dharma

Giat menginspirasi kebaikan di dalam hati orang-orang



Video ceramah ini dapat ditonton di:
<https://goo.gl/KUAtjj>

Kesatuan hati semua orang dalam konser amal sungguh penuh kehangatan. Ada lebih dari 70 orang guru yang hadir. Para guru juga naik ke atas panggung bersama insan Tzu Chi untuk menampilkan semangat Mahabiksu Jian Zhen yang mengatasi kesulitan dalam jangka panjang demi memabarkan Dharma. Ini sungguh membuat orang sangat tersentuh.

Di dunia ini, ada banyak orang yang hidup menderita. Beruntung, ada Bodhisatwa dunia yang terjun ke tengah masyarakat dan bersumbangsih secara nyata bagi orang-orang yang menderita. Menginspirasi yang kaya untuk membantu yang miskin, dan menginspirasi yang miskin dengan cara membangkitkan kekayaan batin (cinta kasih). Ini bukanlah slogan, melainkan hal yang harus dipraktikkan.

Dalam rapat tahunan Tzu Chi luar negeri, setiap orang menampilkan budaya humanis. Mereka berbagi kesan dan pengalaman mereka dalam mengemban misi Tzu Chi dan bagaimana mereka mendekatkan hati mereka dengan orang-orang.

Semua makhluk menciptakan karma kolektif. Sebuah negara akan menderita karena bencana (alam maupun bencana akibat ulah manusia) atau justru akan makmur dan dipenuhi berkah, semua bergantung kepada masyarakat di negara tersebut dalam menciptakan dan mengakumulasi karma baik ataupun karma buruk.

Di dalam diri manusia, kebaikan dan kejahatan saling tarik-menarik. Contohnya di Amerika Serikat yang merupakan negara besar dan sangat berpengaruh di dunia internasional. Jika relawan setempat (Amerika **-red**) tidak segera menabur benih kebajikan maka meski membangun tekad dan ikrar agung, mereka tetap akan sulit menjalankan misi Tzu Chi. Jika kekuatan karma buruk mengakibatkan sebuah negara dilanda banyak bencana maka beban relawan kita akan sangat berat. Karena itu, kita harus giat menabur

benih kebajikan. Dengan begitu, kita telah ikut bersumbangsih bagi kebaikan dunia ini.

Menghimpun Berkah di Masyarakat

Di dunia ini, masih ada banyak orang baik yang menanti untuk “diinspirasi”. Karena itu, kita harus bersungguh-sungguh menginspirasi dan meyakinkan mereka agar bisa mengubah bencana menjadi berkah bagi masyarakat dengan cara menginspirasi mereka yang mampu untuk menolong mereka yang hidup kekurangan. Ini membutuhkan ke-sungguhan hati. Contohnya adalah insan Tzu Chi dari Australia, Kanada, dan Indonesia yang berbagi pengalaman pada hari kedua.

Kita juga mendengar bahwa beberapa tahun belakangan ini, di Selandia Baru dan Australia kerap terjadi banjir dan gempa bumi. Di lokasi bencana, Bodhisatwa dunia sudah mulai menjangkau korban bencana. Di Selandia Baru dan Australia, relawan kita bekerja sama dengan pejabat tinggi pemerintah. Mereka sangat memuji kontribusi relawan Tzu Chi di sana. Yang kita butuhkan sekarang adalah kekuatan untuk bersumbangsih bagi orang-orang yang kurang mampu dan menderita. Inilah kekuatan yang kita butuhkan sekarang.

Kita juga melihat di Kanada, relawan kita meningkatkan kualitas pelayanan medis, seperti memberikan pendidikan pengobatan tradisional Tiongkok. Ini sungguh mengesankan. Selain itu, insan Tzu Chi di sana telah dipandang sebagai imigran teladan. Ini sungguh tidak mudah.

Di Indonesia, yang sangat mengagumkan adalah para relawan mengemban misi tanpa keakuan (rendah hati **-red**). Pada umumnya, orang kaya sulit untuk mendalami kebenaran. Namun, para pengusaha di Indonesia memiliki ke-lapangan hati dan bisa melepaskan status sosial mereka untuk bersumbangsih tanpa pamrih. Para pengusaha ini saling bersyukur, menghormati, dan mengasih satu sama lain sekaligus bisa melepaskan status sosial untuk bersumbangsih di

tengah masyarakat. Inilah yang mendukung pencapaian Tzu Chi Indonesia.

Setiap pengusaha mengerahkan kekuatan besar untuk membangun Empat Misi Tzu Chi di Indonesia. Mereka memahami Dharma dan bisa mengecilkan ego. Semua relawan di Indonesia menghormati Liu Su Mei yang merupakan Ketua Tzu Chi Indonesia. Sekelompok pengusaha ini selalu mendukungnya. Selain mendukung, mereka juga bersumbangsih secara nyata. Tidak ada satu orang pun yang berkata bahwa dirinyalah yang paling berjasa. Sebaliknya, mereka berkata bahwa itu berkat Tzu Chi.

Insan Tzu Chi Indonesia juga sangat patuh pada saya. Ini sungguh membuat orang sangat tersentuh. Saat ingin melakukan sesuatu, mereka selalu terlebih dahulu meminta persetujuan saya. Mereka menjalankan misi secara mandiri. Mereka semua menyumbangkan uang dan tenaga. Selain itu, mereka juga selalu mendengarkan saran saya. Jika saya tidak menganggukkan kepala, mereka tidak akan tergesa-gesa mengembangkan Empat Misi Tzu Chi di Indonesia. Begitu memulainya, mereka pun bekerja sama dengan harmonis untuk mengembangkan misi Tzu Chi. Mereka menaati aturan dan tidak menyimpang dari prinsip. Karena itulah, mereka begitu sukses. Kita bisa melihat beberapa tahun belakangan ini, insan Tzu Chi Indonesia membawa manfaat bagi masyarakat.

Kita juga melihat di Filipina, di mana pun bencana terjadi, insan Tzu Chi akan selalu memberikan bantuan. Setelah melihat orang-orang yang membutuhkan, mereka akan berusaha untuk memberikan bantuan. Mereka bahkan menggelar baksos kesehatan di dalam Istana Kepresidenan bagi orang-orang yang bekerja di sana beserta keluarga mereka. Inilah hasil dari menghimpun berkah.

Di dunia ini, terdapat banyak orang baik yang menanti untuk diinspirasi. Asalkan para relawan kita giat menginspirasi kebaikan orang-orang, saya yakin kita bisa menggarap ladang berkah dan

menghimpun kekuatan berkah. Begitu kekuatan ini mencukupi maka semua makhluk akan dipenuhi berkah. Dengan begitu, negara juga akan memperoleh manfaat. Inilah cara menghimpun berkah.

Dengan menghimpun kekuatan cinta kasih, benih-benih kebajikan yang tersembunyi di berbagai tempat akan bertumbuh membentuk hutan. Begitu pula dengan Tzu Chi Malaysia.

Bodhisatwa sekalian, mendengar para relawan begitu patuh pada saya dan bertindak secara nyata untuk menolong orang-orang, batin saya telah menerima persembahan yang penuh kehangatan. Singkat kata, kerja sama yang harmonis membuat orang-orang tertarik untuk bergabung. Selain itu, kerja sama yang harmonis adalah hal terpenting untuk menghimpun kekuatan cinta kasih.

Insan Tzu Chi Filipina mengucapkan ikrar: *Kami akan menyerap Dharma ke dalam hati dan mempraktikkannya secara nyata. Kami akan merekrut sejuta Bodhisatwa. Kami akan bekerja sama dengan harmonis sebagai wujud persembahan bagi Master Cheng Yen. Master tidak perlu khawatir.*

Insan Tzu Chi Australia mengucapkan ikrar: *Kami akan selamanya mengemban misi Tzu Chi dan menyebarkan cinta kasih universal. Kami akan selamanya mengemban misi Tzu Chi dan menyebarkan cinta kasih universal. Kami akan selamanya berpegang pada Dharma dan menjalankan Empat Ikrar Agung.*

Insan Tzu Chi Indonesia mengucapkan ikrar: *Kami berikrar di hadapan Master. Kami akan bersungguh-sungguh mengemban misi Tzu Chi.*

Insan Tzu Chi Malaysia mengucapkan ikrar: *Kami akan terjun ke tengah masyarakat dan mempraktikkan Enam Paramita. Seluruh insan Tzu Chi Malaysia akan bersatu hati. Master tidak perlu khawatir.*

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 10 April 2017
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia,
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina.
Ditayangkan tanggal 12 April 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

Membuka Kunci Pintu Hati

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Bagaimana agar dapat harmonis dengan orang lain?

Master Cheng Yen menjawab:

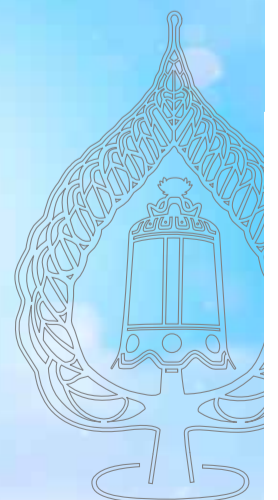
Kita harus “membuka hati” (gembira). Maksud dari “membuka hati” adalah membuka pintu hati kita. Lalu siapa yang mampu membuka pintu hati kita? Kita sendiri. Ketika kita mendengar prinsip yang baik, itu bagaikan memperoleh sebuah anak kunci. Kita dapat mempergunakan anak kunci ini untuk membuka pintu hati kita. Ketika pintu hati sudah terbuka, tentu kita akan merasa gembira setiap hari.

□ Sumber: Dikutip dari Majalah Tzu Chi edisi 493 halaman 109.
Penerjemah: Januar Tambara Timur (Tzu Chi Medan)

Genta Hati

立體琉璃同心圓，
菩提林立同根生，
隊組合心耕福田，
慧根深植菩薩道。

Kesatuan hati yang murni bagai bola kristal yang berpusat pada satu titik yang sama,
Hutan Bodhi tumbuh dari satu akar yang sama,
Insan Tzu Chi bersatu hati menggarap ladang berkah,
Akar kebijaksanaan tertanam dalam di jalan Bodhisatwa.



TZU CHI BIAK: Program Bina Desa

Satu Hari Tiga Kebajikan

Pagi yang cerah membuat suasana hati relawan Tzu Chi Biak makin bersemangat. Satu per satu relawan berdatangan ke Kantor Tzu Chi Biak untuk melakukan kegiatan Bina Desa. Program Bina Desa adalah program baru yang dijalankan oleh Tzu Chi Biak di tanah Papua, seperti program bedah rumah dan baksos kesehatan.

Kali ini, Sabtu 8 April 2017, relawan menuju Desa Dofyo Wafor. Sesampainya di Desa Dofyo Wafor, relawan bergegas menyiapkan perlengkapan agar pelaksanaan bakti sosial ini dapat berlangsung dengan lancar. Ada tiga misi yang dilaksanakan di desa ini: Kesehatan, Pendidikan, dan Pelestarian Lingkungan.

Desa Dofyo Wafor sendiri berjedoh dengan Tzu Chi Biak setelah para relawan melakukan survei di beberapa desa. Hari itu program pertama yang dilakukan adalah baksos kesehatan umum. Desa Dofyo Wafor dipilih karena kondisinya sangat memungkinkan untuk dikembangkan. Yang pertama dekat dan terjangkau dari kota, dan yang kedua tanah di desa itu sangat subur. Yang masih perlu perhatian khusus adalah masalah pelayanan kesehatan dan

sarana pendidikan, dimana Puskesmas Pembantu belum berjalan semestinya, dan hanya ada satu sekolah dasar di desa tersebut.

“Faktor lainnya adalah kepala desa dan perangkat desa di sini sangat mendukung program dari Tzu Chi Biak ini. Mereka sebelumnya telah mengenal Tzu Chi karena desa ini pernah mendapatkan bantuan beras cinta kasih,” kata Ketua Tzu Chi Biak, Susanto Pirono.

Program Bina Desa ini sendiri rencananya akan dijalankan selama satu tahun. Kali ini, sebanyak 127 orang mendapatkan pelayanan kesehatan, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Relawan juga membagikan 80 paket sembako untuk masyarakat kurang mampu.

Dalam sambutannya, Susanto Pirono menyampaikan terima kasih kepada kepala desa, perangkat desa dan masyarakat Desa Dofyo Wafor yang telah menyambut dan mendukung relawan Tzu Chi Biak dengan baik. “Terima kasih, semoga Program Bina Desa ini bisa memberikan manfaat bagi masyarakat,” katanya.

□ Marcopolo (Tzu Chi Biak)



Program Bina Desa dilakukan Tzu Chi Biak di Desa Dofyo Wafor. Selama setahun, Tzu Chi Biak akan melaksanakan program yang bermanfaat bagi kesejahteraan masyarakat, khususnya dalam hal kesehatan, pendidikan, dan lingkungan.

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Kelas Budi Pekerti

Wujud Bakti kepada Orang Tua

Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan kegiatan Kelas Budi Pekerti dengan tema / Love My Family pada Minggu, 9 April 2017. Kegiatan ini diikuti oleh 43 anak, 32 relawan, dan para orang tua murid.

Sunaryo Shixiong (panggilan untuk relawan Tzu Chi pria-red) mengawali materi Kelas Budi Pekerti *Xiao Tai Yang* (setara TK dan SD) ini dengan memutar video tentang ayah yang berjuang untuk membahagiakan anak-anaknya. Dilanjutkan oleh Dwi Shixiong dengan membacakan perenungan terhadap kebaikan dan jasa-jasa orang tua. Dengan mata terpejam, anak-anak diajak untuk merenungkan jasa-jasa yang telah orang tua mereka berikan. Banyak anak yang merasa sedih karena teringat dengan orang tuanya.

“Saya sangat sedih melihat video tadi, karena Papa sudah meninggalkan kami,” ujar Zoey dengan tangis tersedu-sedu. Sementara itu Jeslynn berkata, “Saya sedih karena selama ini belum banyak hal yang bisa saya lakukan untuk membantu orang tua,” ujar Jeslynn, penuh haru.

Acara dilanjutkan dengan bersujud di hadapan orang tua, khususnya mama. Bersujud kepada orang tua merupakan hal yang pertama kali dilakukan oleh anak-anak. “Saya baru pertama kali ini bersujud kepada orang tua. Saya sangat sedih dan berjanji akan berbakti kepada orang tua,” ujar Jasmine dengan tangis tersedu-sedu.

“Anak saya baru satu tahun ikut kelas budi pekerti ini, dan ia sangat rajin membantu saya di toko maupun di rumah. Ini sangat baik sekali,” ujar Jihana, orang tua dari Jasmine. Kegiatan seperti ini diharapkan dapat menumbuhkan semangat berbakti kepada orang tua dalam diri anak-anak. Seperti diungkapkan dalam salah satu Kata Perenungan Master Cheng Yen, “Orang tua adalah Buddha hidup dalam keluarga. Semua orang harus berbakti pada orang tua dengan sungguh-sungguh dan merawat mereka dengan penuh rasa hormat. Dengan demikian, barulah kita memperoleh berkah.”

□ Dwi Hariyanto (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)



Dr. Drs. Susianto, MKM (kiri), seorang ahli gizi yang telah bervegetaris sejak tahun 1988 memberikan sharing dalam seminar kesehatan di Jing Si Books & Café Medan.

TZU CHI MEDAN: Seminar Kesehatan

Memahami Manfaat Bervegetaris

Jumat, 21 April 2017, *Jing Si Books & Café Medan* mengundang Dr. Drs. Susianto, MKM., seorang ahli gizi yang telah bervegetaris sejak tahun 1988 dan telah menjalankan pola makan vegan sejak 2006. Selain itu, ia adalah konsultan yang mewakili Indonesia untuk Perkin Elmer Singapore.

“Tujuan kami mengadakan *talk show* dan mengundang ahli gizi ini adalah untuk menginspirasi masyarakat agar tidak perlu khawatir dengan pola makan vegetaris,” tutur Jusni Lina, relawan Tzu Chi Medan yang menjadi koordinator kegiatan ini. Jusni menambahkan bahwa banyak orang yang sering berkata bahwa apabila seseorang bervegetaris, dia akan kekurangan gizi. Pandangan tersebut yang ingin diluruskan dengan mengundang ahli gizi untuk menjelaskan apa itu makanan sehat dan bagaimana pengaruh *plant based vegan* (gizi berbasis nabati) terhadap penyakit kanker.

Dengan santai Dr. Susianto mengawali *sharing*-nya bahwa di setiap tubuh manusia pada dasarnya mempunyai sel kanker. Kanker itu disebabkan sel dalam tubuh kita yang tak terkontrol, kadang diikuti tumor dan ada yang tidak

diikuti tumor. Ia juga menjelaskan bahwa di masa sekarang masyarakat lebih menekankan bagaimana mencegah penyakit daripada mengobatinya. “Namun jika seseorang sakit, harus tetap diobati. Lalu bagaimana mencegah kanker?” tanya Dr. Susianto. Ia juga menambahkan, berhenti mengonsumsi daging dinilai dapat menurunkan risiko kanker sebesar 40 sampai 60 persen. Namun perlu diingat juga bahwa 20 persen kanker berasal dari faktor genetik.

“Saya selalu mengingat Master Cheng Yen mengatakan ada 3 manfaat bervegetaris yaitu, menyelamatkan diri sendiri dari penyakit, menyelamatkan makhluk lain, dan menyelamatkan bumi karena dewasa ini pemanasan global di bumi disebabkan karena gas metana dari peternakan yang menyebabkan 4 unsur alam tidak selaras yang menyebabkan banjir, gempa, dan bencana alam lainnya,” ungkap Nini, salah satu peserta. Ia juga menambahkan, uraian dari Dr. Susianto sangat bermanfaat bagi tubuh, untuk itu kita harus lebih jeli mengatur dan memilih pola makan dan pola hidup sehat. □ Nuraina Ponidjan (Tzu Chi Medan)



Bersujud dan berterima kasih kepada orang tua merupakan salah satu cara untuk menghargai jasa-jasa orang tua dan menanamkan sikap berbakti dalam diri anak-anak.

TZU CHI BANDUNG: Kunjungan Kasih Memberikan Semangat untuk Anak-anak Istimewa

Relawan Tzu Chi Bandung mengunjungi Yayasan Aziziyah yang beralamat di Jl. Cagak RT 01/04 Desa Maruyung, Kecamatan Pacet, Kabupaten Bandung pada tanggal 10 April 2017. Kunjungan kali ini adalah untuk menyerahkan alat bantu khusus bagi 12 anak penyandang disabilitas di desa ini.

Setiap satu bulan sekali relawan Tzu Chi dan Tzu Chi *International Medical Association* (TIMA) Bandung bekerja sama dengan Yayasan Aziziyah mengadakan baksos pemeriksaan kesehatan dan pemberian terapi bagi anak-anak berkebutuhan khusus di Desa Meruyung ini.

Pemberian alat bantu khusus ini diharapkan dapat lebih membantu anak-anak berkebutuhan khusus ini dalam menjalani proses terapi, sehingga nantinya mereka dapat belajar hidup mandiri untuk sekarang dan masa depan.

Mereka yang menerima alat bantu ini adalah mereka yang menderita kesulitan berdiri dan masih membutuhkan bantuan orang tuanya untuk beraktivitas. Karena anak-anak ini

banyak yang berasal dari keluarga kurang mampu, maka Tzu Chi hadir untuk membantu menyediakan alat bantu yang sangat mereka butuhkan.

Para relawan dan Tim Medis Tzu Chi juga membantu pemasangan alat bantu di tubuh anak-anak ini. Para orang tua juga dijelaskan tentang tata cara yang baik dan benar untuk penggunaan alat bantu tersebut kepada anak-anaknya.

Rasa gembira dirasakan oleh Ida, ibu dari Melisa (5). "Saya sangat senang sekali telah diberi alat (bantu) untuk anak saya, mudah-mudahan ini bermanfaat untuk ke depannya. Semoga nantinya ada kemajuan buat anak saya, (bisa) seperti anak-anak yang lain. Terima kasih kepada Tzu Chi yang telah membantu," ungkapnya.

Hadirnya relawan dan Tim Medis Tzu Chi diharapkan dapat memberikan dukungan moral maupun materi kepada para penyandang disabilitas dan keluarganya agar mereka tetap memiliki semangat dalam belajar (terapi), merawat, dan mengembangkan anak-anak istimewa mereka. □ Dayar (Tzu Chi Bandung)



Relawan Tzu Chi Bandung memberikan alat bantu khusus bagi 12 anak penyandang disabilitas di bawah naungan Yayasan Aziziyah. Relawan juga membantu pemasangan alat bantu khusus ini dan proses terapinya.

TZU CHI PEKANBARU: Kunjungan Kasih ke Panti Wreda Belajar dari Kunjungan Kasih

Sudah satu dekade relawan Tzu Chi Pekanbaru setiap bulannya mengunjungi Panti Tresna Wreda Khusnul Khotimah yang terletak di Jalan KH. Nasution, Pekanbaru untuk memberikan cinta kasih kepada kakek dan nenek penghuni panti tersebut. Seperti yang dilakukan pada Minggu, 16 April 2017 oleh 26 relawan Tzu Chi Pekanbaru. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan di panti meliputi memotong rambut, gunting kuku, memijat, bercengkerama, dan memberikan makanan ringan serta obat-obatan kepada kakek dan nenek.

Kunjungan ke panti jompo ini bukan hanya membawa kebahagiaan bagi para kakek dan nenek, tetapi juga sangat bermanfaat bagi para relawan. Perhatian yang diberikan relawan juga memiliki dampak positif bagi para penghuni panti. Mereka yang setiap hari hanya berinteraksi dengan sesamanya di dalam panti, dalam kegiatan ini dapat berbagi dan menceritakan banyak kisah dengan orang-orang di luar panti.

Rasa sukacita dan kebahagiaan bisa membantu sesama dirasakan oleh

Santi, salah seorang relawan yang ikut dalam kunjungan ini. "Saat memijat salah seorang nenek, ada perasaan haru dan bahagia yang hanya bisa dirasakan, tetapi tidak bisa diungkapkan dengan kata-kata," ungkap Santi. Santi mengenal Tzu Chi dari kegiatan Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi (SMAT) di tempatnya bekerja. Kunjungan ini merupakan yang kedua kali baginya. Santi juga mengajak anaknya untuk ikut berbagi kasih sayang kepada kakek dan nenek penghuni panti.

Perasaan serupa juga dirasakan oleh Lim Athua. Setiap kali kunjungan ke panti jompo, ia bertugas memotong rambut, memotong kuku, serta memotong kumis dan jenggot. Selain merasa senang, Lim Athua juga menuturkan banyak hal yang bisa diambil sebagai pelajaran saat memberikan pelayanan kepada para penghuni panti jompo ini. "Kegiatan seperti ini bisa menjadi pelajaran bagi kita bahwa, sebagai anak sudah seharusnya menjaga orang tua," ungkapnya.

□ Kho Ki Ho (Tzu Chi Pekanbaru)



Anak-anak Kelas Budi Pekerti Tzu Chi Batam melakukan kegiatan pelestarian lingkungan dengan membersihkan sampah di Pantai Nongsa, Batam.

TZU CHI BATAM: Pelestarian Lingkungan Mewujudkan Cinta Kasih kepada Bumi

Relawan Tzu Chi Batam mengajak anak-anak Kelas Budi Pekerti Tzu Chi untuk melakukan kegiatan pelestarian lingkungan di Pantai Nongsa, Batam pada Minggu, 16 April 2017. Melalui kegiatan ini, diharapkan tumbuh rasa cinta terhadap lingkungan dan bumi ini. Kegiatan ini diikuti oleh 78 orang, di mana 49 orang diantaranya merupakan *Tzu Shao* (murid Kelas Budi Pekerti Tzu Chi setingkat SMP dan SMA).

Relawan (*Daai Mama*) dan anak-anak *Tzu Shao* sangat antusias melakukan kegiatan pelestarian lingkungan ini. Tidak ada rasa segan saat mengumpulkan sampah, justru yang mereka rasakan adalah sukacita setelah melakukan kebajikan. Seperti dirasakan oleh Fanny Faustina (15), salah satu murid *Tzu Shao* yang ikut dalam kegiatan pembersihan pantai ini. "Datang ke sini (mengumpulkan sampah) cukup melelahkan, tetapi saya sangat senang," ungkap siswi Sekolah Djuwita Batam. "Saya juga jadi lebih tahu barang apa saja yang bisa didaur ulang dan yang tidak," lanjutnya.

Melihat aktivitas yang dilaksanakan para *Tzu Shao* dan *Daai*

Mama, para pengunjung pantai pun turut memberikan dukungan yang positif. Ada pengunjung yang ikut memunguti sampah di sekitarnya, dan ada juga yang memberikan botol plastik minuman kemasan kepada para *Tzu Shao*. Salah satunya adalah Entis Sutisna. "Kegiatan seperti ini bagus untuk mendidik anak-anak dan masyarakat akan pelestarian lingkungan. Karena kebersihan di lingkungan rekreasi seperti ini perlu dijaga. Kalau tempatnya bersih dan teratur maka pengunjung akan merasa lebih nyaman dan senang," jelasnya.

Selain membersihkan pantai, sebagian *Tzu Shao* dan *Daai Mama* juga membagikan brosur tentang pentingnya menjaga kelestarian alam kepada para pengunjung dan warga di sekitar Pantai Nongsa. Kemudian, kegiatan diteruskan dengan sesi permainan interaktif. Permainan-permainan tersebut tidak hanya sekedar untuk hiburan, namun juga untuk membina keakraban para *Tzu Shao* dan *Daai Mama*.

□ Nopianto (Tzu Chi Batam)



Relawan Tzu Chi Pekanbaru memberikan perhatian kepada para penghuni Panti Tresna Wreda Khusnul Khotimah. Relawan memberikan pelayanan berupa memotong rambut, kuku, memijat, dan juga menghibur para penghuni panti.

Relawan Tzu Chi Komunitas He Qi Timur: Benny Suhaimi

Tekun Belajar Dalam Tzu Chi



Felicite Angela Maria (He Qi Timur)

Saya mengenal Tzu Chi dari adik saya dan suaminya, Elizabeth Fariana dan Johan Kohar. Waktu itu dia mengunjungi saya dan meminta saya mengganti channel TV ke DAAI TV karena mereka ingin menonton drama. Kata mereka, kisah dalam drama itu seru dan banyak sekali pelajaran yang bisa diambil. Saya ikut lihat saja.

Tidak lama, Johan mengajak saya pergi nonton di Mal Kelapa Gading, Jakarta Utara. Setelah itu kita mampir ke Toko Buku Jing Si, *Jing Si Books & Café* di Kelapa Gading. Begitu masuk, saya melihat banyak orang duduk dan berbincang-bincang. Ada juga yang latihan menyanyi dengan gerakan isyarat tangan, dan iramanya indah. Sejujurnya, saya sudah tertarik dengan Tzu Chi saat pertama kali menonton drama DAAI TV. Melihat suasana di *Jing Si Books & Cafe*, saya jadi semakin tertarik.

“Setiap menjalankan misi, saya selalu mengingat pesan Master Cheng Yen, “Demi ajaran Buddha, demi semua makhluk”. Dengan mengingat pesan tersebut maka semangat tidak mungkin kendur karena tongkat estafet Tzu Chi ini masih harus kita salurkan untuk generasi selanjutnya.”

Saya lalu bergabung menjadi relawan Tzu Chi pada tahun 2007 dan memulai kegiatan di misi pelestarian lingkungan. Setahun di Tzu Chi, saya belajar lagi dengan beberapa hal baru. Tahun 2008, saya pertama kali ikut survei pasien kasus penerima bantuan

di Pademangan, Jakarta Utara. Saat itu wilayah Pademangan masih menjadi daerah binaan dari komunitas relawan Tzu Chi Kelapa Gading.

Dari kunjungan ke rumah pasien itu, saya belajar bersyukur karena banyak hal dalam hidup saya sudah terpenuhi. Sementara kehidupan pasien itu sangat menderita. Sang istri sakit dan suaminya lumpuh. Mereka tinggal di rumah yang kurang layak, tidak ada kamar mandi dan dapur. Melihat hal ini bagaimana saya tidak terharu. Mata dan hati saya menjadi lebih terbuka.

Selain bersyukur, saya juga belajar banyak hal lain di Tzu Chi yang tentunya semua adalah hal baik bagi saya. Dulu, saya hidup di lingkungan yang kurang mendukung untuk berbuat baik. Saya pun ikut terpengaruh dan melakukan hal yang sama, minum, merokok, dan berjudi.

Ketika sedang berusaha mandiri karena waktu itu papa sedang sakit, saya membangun usaha dagang. Saat itu tabiat buruk saya masih belum berubah. Sebagai juragan, saya gampang marah kepada para pekerja. Tapi itu cerita dulu, setelah pindah ke Jakarta tahun 1991 saya belajar lebih baik dan sabar. Meski belum berhasil sepenuhnya.

Kalau dibuat perbandingan, selama 1 tahun di Tzu Chi, 5 tahun di Tzu Chi, dan sekarang itu semua berbeda, sifat maupun pemikiran saya. Dulu, pertama menjadi relawan dan ada orang “marahin”, saya masih bisa pura-pura tahan dan tidak marah. Padahal, saat itu saya marah dan memendam amarah. Ketika sudah 5 tahun menjadi relawan, kadang masih susah menerima kritikan dari orang lain, tetapi saya senyum saja, tahan diri.

Kalau sekarang, saya sudah mengerti kalau dalam diri memang ada sifat positif dan negatifnya. Jadi ketika ada orang mengkritik, saya justru berterima kasih karena sudah diingatkan.

Sejak tahun 2010 saya juga mulai bervegetaris. Memang tidak bisa dipungkiri kalau bervegetaris manfaatnya sangat besar, khususnya dalam hal kesehatan. Selama lima tahun terakhir, saya sudah sangat jarang sakit. Jadi dana untuk berobat bisa dialihkan untuk bersumbangsing ke Tzu Chi.

Melihat perubahan diri saya yang cukup signifikan, tentu keluarga sangat mendukung. Ketika ada kegiatan Tzu Chi, istri saya selalu menyiapkan seragam dan perlengkapan lainnya. Maka saya bersyukur memiliki keluarga yang saling mendukung. Apalagi ketika saya telah menjadi relawan komite, di mana saya harus bisa lebih pandai mengatur waktu untuk keluarga dan Tzu Chi.

Menjadi relawan komite membuat saya harus lebih fokus untuk menyemai benih cinta kasih. Terlebih saya adalah bagian dari fungsional Misi Kesehatan di komunitas He Qi Timur. Setiap menjalankan misi, saya selalu mengingat pesan Master Cheng Yen, “Demi ajaran Buddha, demi semua makhluk”. Dengan mengingat pesan tersebut maka semangat tidak mungkin kendur karena tongkat estafet Tzu Chi ini masih harus terus kita salurkan untuk generasi selanjutnya. Cinta kasih pun masih harus kita bagikan untuk lebih banyak orang lagi.

Seperti dituturkan kepada Felicite Angela Maria (He Qi Timur)

Kilas

Pelatihan Relawan Pemerhati RSCK Menjadi Relawan yang Profesional

Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi terus berupaya meningkatkan mutu pelayanan kepada masyarakat. Pemberian pelatihan dan kegiatan bersama dilakukan tidak hanya kepada para staf, tetapi juga kepada relawan pemerhati rumah sakit ini. Seperti pada Sabtu, 8 April 2017, diadakan pelatihan lanjutan untuk relawan pemerhati yang selama ini selalu bersumbangsing di Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi, Cengkareng, Jakarta Barat.

Pelatihan ini diikuti oleh 35 orang relawan pemerhati. “Tahun lalu kita sudah lakukan pelatihan awal untuk pengenalan rumah sakit. Sekarang adalah lanjutannya, di mana mereka berkomitmen untuk menjadi relawan pemerhati sehingga kita ajarkan lebih dalam lagi,” terang dr. Herman, koordinator kegiatan.

Pelatihan yang diberikan salah satunya dalam hal mendampingi pasien, agar relawan memiliki pedoman atau *Standard Operating Procedure (SOP)* saat melaksanakan tugasnya. “Banyak pelajaran yang kita bisa gali dan terima. Semoga bisa memacu relawan lebih giat dan bersemangat lagi,” kata Meity, salah seorang relawan.

□ Teddy Lianto



Halim Kusni



Syahrini (Tzu Chi Cabang SinarMas)

Perbaikan Rumah Ibadah Wujud Cinta Kasih Universal

Bangsa Indonesia adalah bangsa yang majemuk dalam hal suku, agama, ras, budaya, dan golongan. Semuanya menjadi satu kesatuan di dalam satu bangsa. Kemajemukan pun menjadi ciri Yayasan Buddha Tzu Chi dalam menjalankan misi kemanusiaannya. Relawan Tzu Chi selalu berpegang teguh pada prinsip cinta kasih universal, tanpa membeda-bedakan.

Salah satu praktik nyata cinta kasih universal yang diterapkan oleh relawan Tzu Chi adalah dengan merenovasi Balai Ibadah Hindu Kaharingan di Desa Luwuk Langkuas, Kecamatan Rungan, Gunung Mas, Kalimantan Tengah. Sebanyak 15 orang relawan Tzu Chi Sinar Mas di Xie Li Kalimantan Tengah bersama-sama memperbaiki dan membersihkan Balai Ibadah Hindu Kaharingan pada Sabtu, 8 April 2017. Relawan juga memberikan bantuan berupa peralatan dan perlengkapan kebersihan kepada pengurus balai ibadah tersebut.

“Kami sangat terharu dan bahagia dengan kedatangan relawan Tzu Chi. Bantuan yang diberikan kepada Balai Ibadah Hindu ini menunjukkan betapa Tzu Chi benar-benar menyebarkan cinta kasih universal, tanpa membeda-bedakan,” ungkap Barsel, pengurus Balai Ibadah Hindu Kaharingan.

□ Syahrini (Tzu Chi Cabang SinarMas)

Kunjungan Kasih Bahagiannya Diperhatikan Da Ai Mama

Sebanyak 88 warga berusia lanjut dari Yayasan Atma Brata, Cilincing, Jakarta Utara tak mampu menyembunyikan rasa haru dan bahagia saat dikunjungi orang tua murid (*Da Ai Mama*) dari Sekolah Tzu Chi Indonesia, PIK, Jakarta Utara pada Selasa, 18 April 2017. Seperti mendapat keluarga baru, itu kata Rustini (73). “Gembira sekali. *Alhamdulillah* jadi ramai di sini. *Kayak* punya keluarga baru. Dapat sembako juga, sungguh meringankan,” kata nenek asal Semarang, Jawa Tengah yang sudah tiga tahun tinggal di yayasan ini.

Di Yayasan Atma Brata, ada 14 lansia yang sudah tidak mempunyai keluarga. Mereka di antaranya datang dari Bintaro, Cengkareng, Bekasi juga dari Cilincing sendiri. Sementara 88 lansia lainnya dari keluarga kurang mampu yang tinggal di sekitar yayasan, dan dua kali dalam seminggu berkumpul di Atma Brata untuk mendapatkan sembako serta pemeriksaan kesehatan.

Ada 105 paket yang dibawa para orang tua murid dari Sekolah Tzu Chi Indonesia kali ini. Setiap paket isinya sama. Ada peralatan mandi seperti handuk, sikat gigi, sabun, dan sampo. Ada pula obat-obatan, balsem, dan juga minyak angin. Selain itu juga ada paket sembako serta paket makan siang.

□ Khusnul Khotimah



Khusnul Khotimah



Rossy Velly Salim (He Qi Pusat)

Bedah Buku Melindungi Kehidupan dengan Bervegetaris

Sabtu, 22 April 2017, relawan Tzu Chi di Komunitas He Qi Pusat, Xie Li Sunter mengadakan kegiatan bedah buku di rumah Chia Wen Yu, Relawan Komite Tzu Chi di daerah Sunter, Jakarta Utara. Kegiatan ini diikuti oleh 6 orang relawan. Meski bernama kegiatan bedah buku, namun kali ini sumbernya dari tayangan Master Cheng Yen Ber cerita yang berjudul *Batang Besi dan Sapi Betina*.

Para peserta pun mengungkapkan pendapatnya dalam sesi *sharing*. Menurut Chia Wen Yue penekanan menjaga Sila dalam kehidupan sehari-hari sangat diperlukan dan menggalakan pola makan vegetaris. “Dalam kisah tersebut, pelanggaran terjadi pada sila pertama yaitu pembunuhan, dan hendaknya kita mengasahi dan melindungi kehidupan semua makhluk dengan bervegetaris,” ujarnya.

Pesan Dharma pada hari itu yaitu dengan ketulusan dan cinta kasih memperpanjang jalinan kasih sayang dan barisan Bodhisatwa dunia, mengenggam setiap kesempatan dalam berbuat kebajikan dan menghargai waktu dan melindungi kehidupan semua makhluk dengan bervegetaris

□ Rossy Velly Salim (He Qi Pusat)

Cermin

Pakaian Berwarna Putih

Bibi Harimau dan Ibu Rubah tinggal bertetangga di Lembah Mengejar Mimpi. Ibu Rubah sangat aktif dan rajin bekerja, sedangkan Bibi Harimau adalah pemalas yang suka bergosip dan mencela hewan lain.

Pada suatu hari, ketika Ibu Rubah sedang mencuci baju, mesin cuci yang sedang dipakai tiba-tiba rusak dan mengeluarkan suara, "Krek...! krek...! krek...!" Tidak lama kemudian terdengar Bibi Harimau marah-marah dan berkata, "Siapa itu...! Sangat berisik dan mengganggu orang lain. Apa tidak bisa tenang sedikit...!"

Keluhan Bibi Harimau terdengar oleh Ibu Rubah. Ia berkata, "Mesin cuci saya rusak, dan saya juga tidak bisa berbuat apa-apa. Lagi pula saya tidak melakukannya dengan sengaja, jadi kamu tidak perlu berteriak seperti itu?"

"Ehm.m., mesin cuci kamu yang sudah rongsok itu seharusnya sudah dibuang sejak dulu!" kata Bibi Harimau geram.

"Mesin cuci yang rusak masih bisa diperbaiki, kenapa harus dibuang? Kita harus menghargai berkah dan melakukan pelestarian lingkungan," sahut Ibu Rubah menegur Bibi Harimau. Mereka berdua pun menjadi ribut besar.

Akhirnya Bibi Harimau kembali masuk ke dalam rumahnya. Domba yang mendengar suara berisik pertengkaran kemudian bergegas datang untuk melihat apa yang



Ilustrasi: Rangga Trisnadi

terjadi. Ketika itu Bibi Harimau sedang memandang keluar melalui jendela di rumahnya dan melihat beberapa potong pakaian berwarna putih yang sedang dijemur di teras rumah Ibu Rubah. Pakaian berwarna putih di jemuran itu terlihat penuh dengan noda hitam.

"Bukannya saya usil, coba kamu lihat dari sini!" kata Bibi Harimau kepada Domba. Sambil menggelengkan kepalanya Bibi Harimau berkata, "Ibu Rubah mencuci pakaian saja tidak bersih. Di pakaiannya masih terlihat banyak noda-noda hitam, tapi dia masih berani mengatakan saya

pemalas, sungguh orang yang tidak bisa bekerja."

Domba kemudian membuka daun jendela dan melihat dengan jelas. "Sungguh aneh! Pakaian-pakaian itu terlihat putih dan bersih, dari mana datangnya noda-noda hitam?" gumam Domba dalam hati. Setelah memperhatikan dengan cermat, Domba lalu berkata pada Bibi Harimau, "Bibi, tolong ambilkan sehelai kain lap."

"Kain lap..., untuk apa? Kamu mau membantu saya mengelap meja dan kursi?" tanya Bibi Harimau sambil mengeluarkan sehelai kain lap baru dari laci. "Mari kita melakukan sebuah

permainan, Anda hanya perlu mengikuti ucapan satu kali lalu ikuti gerakan saja," kata Domba. Ia mulai memberikan aba-aba, "Silahkan Anda mengelap jendela di sebelah kanan...!"

"Baiklah..., " jawab Bibi Harimau. Bibi Harimau kemudian mengambil kain lap dan mengelap kaca jendela hingga bersih. "Silahkan Anda melihat keluar dari jendela di sisi kanan," ucap Domba.

"Saya akan melihat keluar dari jendela di sebelah kanan," jawab Bibi Harimau memandang keluar sejenak. "Pakaiannya terlihat bersih tidak?" tanya Domba lagi. Bibi harimau menjawab, "Pakaian yang saya lihat kini sangat bersih."

"Sekarang, silahkan melihat keluar dari jendela di sisi kiri," kata Domba. "Baik, saya akan melihat keluar dari jendela di sisi kiri," ujar Bibi Harimau yang berdiri di jendela di sisi kiri, memandang ke arah luar sejenak.

"Pakaian yang terlihat bersih atau tidak?" tanya Domba. "Pakaiannya terlihat sangat kotor," jawab Bibi Harimau polos. "Kalau begitu, sebenarnya pakaiannya yang kotor atau jendelanya yang kotor?" tanya Domba lagi.

"Saya sudah mengerti, jendela rumah saya yang kotor," kata Bibi Harimau sambil mengambil kain lap. Bibi Harimau kemudian membersihkan semua jendela rumahnya hingga bersih.

□ Sumber: Buku "Pesan yang Tulus untuk Permata Hati" seri HOME 9 Penerjemah: Yusniaty (He Qi Utara) Penyelaras: Agus Rijanto Suryasim

Info Hijau



STOP BUANG-BUANG MAKANAN!

Sedikitnya dua milyar ton bahan makanan terbuang sia-sia setiap tahun. Selain tak menghargai berkah, sampah makanan akan menghasilkan gas metana yang berdampak buruk bagi lingkungan. Berikut tips meminimalkan sampah makanan:

1. Belanja dengan bijak.



4. Gunakan lemari pendingin untuk menyimpan bahan makanan.



2. Beli buah dan makanan yang masih segar agar tahan lama.



5. Ambil porsi makanan secukupnya.



3. Cek persediaan bahan makanan di kulkas.



6. Simpan sisa makanan untuk dimakan kembali.



Sumber: www.greeners.co

Sedap Sehat



Puspawati (He Qi Utara 1)

Bakmi Lada Hitam

Bahan:

- Bakmi : ¼ kg (direbus sebentar)
- Sawi (caisim) : 2 batang
- Sawi putih : 2 suwir
- Daun bawang : 1 batang
- Jamur abalone : ½ batang
- Jamur hioko : 5 buah
- Jamur kuping : 4 lembar (suwir menjadi 8)
- Wortel (ukuran kecil) : ½ batang
- Jahe : secukupnya
- Cabe : secukupnya
- Air sagu : sedikit
- Minyak wijen : sedikit
- Lada hitam : secukupnya
- Kaldu jamur : secukupnya

Semua bahan dipotong sesuai selera.

Cara membuat:

1. Masukkan satu sendok minyak untuk menumis jahe dan jamur Hioko. Apabila sudah tercium aroma wangi, masukkan daun bawang dan tunggu hingga aromanya tercium.
2. Masukkan semua sayuran, tumis sebentar dan tambahkan sedikit air, kecap asin, kecap manis, serta bakmi. Aduk hingga merata.
3. Tambahkan air sagu, kaldu jamur, lada hitam, serta minyak wijen. Aduk merata.
4. Bakmi lada hitam sudah matang dan siap disajikan.

□ Sumber: Puspawati (He Qi Utara 1)



Ragam Peristiwa



Marta Wulandari

PEMBAGIAN BERAS CINTA KASIH (24 APRIL 2017)

TANPA MELIHAT PERBEDAAN. Dalam rangka memperingati Hari Paskah, Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Gereja St. Fransiskus Xaverius membagikan 1.193 karung beras kepada warga kurang mampu di sekitar gereja di Tanjung Priok, Jakarta Utara. Melalui momen Paskah ini diharapkan semangat kebangkitan Tuhan Yesus dapat membangkitkan semangat setiap orang untuk berbagi kasih kepada sesama.



Arimami SA

MEMPERINGATI HARI BUMI (25 APRIL 2017)

MEMANFAATKAN BARANG DAUR ULANG. TK Tzu Chi Indonesia mengajak para siswanya untuk membuat karya dari barang daur ulang. Selain mengasah kreativitas, kegiatan ini juga mengajak para siswa untuk melestarikan lingkungan dengan menggunakan barang-barang daur ulang yang dikreasikan kembali.



Reza Oktavian (Tzu Chi Surabaya)

BANTUAN BAGI KORBAN TANAH LONGSOR (11 APRIL 2017)

PERHATIAN DAN KEPEDULIAN. Relawan Tzu Chi Surabaya memberikan uang pemerhati (santunan dukacita) kepada 20 keluarga korban meninggal akibat bencana tanah longsor yang terjadi pada Sabtu, 1 April 2017 di Desa Banaran, Kec. Pulung, Ponorogo, Jawa Timur. Relawan juga memberikan perhatian dan motivasi kepada para anggota keluarga yang menjadi korban musibah ini.



Merry Christine (He Qi Barat)

GATHERING ANAK ASUH (9 APRIL 2017)

MEREKATKAN EMOSI. Relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi Barat* mengadakan *gathering* anak asuh di Pantai Karnaval Ancol, Jakarta Utara. Kegiatan ini diikuti oleh 34 anak asuh dan merupakan salah satu cara untuk memotivasi sekaligus merekatkan hubungan antara anak asuh dengan para relawan yang mendampingi mereka.

Tzu Chi Internasional

Sosialisasi 111 Earth Ethical Eating Day

Mengajak Masyarakat Bervegetaris

Relawan Tzu Chi menggenggam setiap kesempatan untuk bekerja sama dengan yayasan sosial lain untuk menyebarkan tentang gerakan 111 *Earth Ethical Eating Day* (Gerakan untuk menyelamatkan bumi dengan cara bervegetaris). Gerakan ini juga mendapat banyak dukungan dari berbagai kalangan, seperti pada saat *Rotary Club of Taoyuan Peace* mengadakan bazar amal *Bervegetaris untuk Menyelamatkan Bumi dan Penuh Damai Menyebarkan Kasih* di Taman Qing Xi, Kota Taoyuan pada 15 April 2017. Mereka mengajak lebih dari 30 organisasi untuk datang dan membuka stan dari bermacam-macam produk pertanian.

Dalam kegiatan bazar amal ini, relawan Tzu Chi membuka stan produk makanan Jing Si, memberikan sosialisasi tentang manfaat bervegetaris, serta mengajak hampir seribu orang untuk mengikuti kegiatan 111 *Earth Ethical Eating Day* pada tahun 2018 nanti. "Pelestarian lingkungan dan melindungi bumi adalah visi awal pembentukan yayasan," kata Huan Jingan, Ketua *Rotary Club of Taoyuan Peace*. Organisasi ini



Wei Yanzong

Pada saat bazar amal di Taman Qing Xi, Kota Taoyuan, relawan Tzu Chi mengajak pengunjung untuk turut bergabung dalam gerakan 111 *Earth Ethical Eating Day* pada 11 Januari 2018.

adalah perkumpulan para pemimpin bisnis dan profesional yang memberikan bantuan kemanusiaan pertama di dunia yang menjalankan prinsip bervegetaris.

Tujuan bazar ini adalah untuk memberi perhatian kepada anak-anak yang kurang mampu, dan

semua hasil pendapatan bazar ini akan disumbangkan kepada Yayasan Pendidikan dan Budaya *Sheng Xiang*, Komunitas Gereja *Da An* dan klub *Baseball SMP Guang Ming*.

"Bervegetaris dapat membuat Anda sehat dan memiliki bentuk badan

yang lebih baik," kata Li Jinlu yang merupakan pembimbing dan salah satu pendiri *Rotary Club of Taoyuan Peace*. Ia juga mengatakan, di seluruh dunia ada 800 juta sampai 1 miliar orang yang kekurangan makanan.

Li Jinlu juga mensosialisasikan prinsip untuk tidak memakan daging. "Hewan adalah teman manusia, bukan makanan di atas meja makan. Kita harus melindungi dan mencintai semua makhluk. Dan ini dimulai dari dalam hati, dimulai dari makanan," jelasnya.

Relawan Tzu Chi, Li Qingwei adalah Ketua *Rotary Club of Taoyuan Peace* periode keempat. Ia membawa visi *Mendorong Gerakan Vegetaris untuk Mencintai dan Melindungi Bumi* dari Tzu Chi ke dalam organisasinya. Li Qingwei juga menyediakan banyak produk makanan Jing Si untuk stan bazar amal.

Di bawah terik matahari, 20 orang relawan Tzu Chi berhasil mengajak 910 orang untuk mengikuti kegiatan 111 *Earth Ethical Eating Day*. Melalui kegiatan ini relawan Tzu Chi mengajak setiap orang untuk bersatu hati dalam menjaga kelestarian bumi ini.

Sumber: <http://www.tzuchi.org>
Diterjemahkan oleh: Erlina Zhang
Penyelaras: Agus Rijanto