



Tzu Chi Indonesia bersama TNI Angkatan Darat (Kostrad) meresmikan bak penampungan air bersih di Kampung Warung Loa, Tamansari, Bogor, Jawa Barat. Bak penampungan ini dibuat untuk memenuhi kebutuhan air 400 keluarga dan rumah ibadah seperti masjid, gereja, pura, dan wihara yang ada di sekitar Kampung Warung Loa.

Pembangunan Penampungan Air di Kaki Gunung Salak

Tak Cemas Lagi di Musim Kemarau

Melimpah di musim penghujan, air menjadi kendala di musim kemarau bagi masyarakat di lereng pegunungan. Tzu Chi bersama TNI Angkatan Darat membantu warga dengan membuat bak penampungan air yang dapat memenuhi kebutuhan warga.

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bersama dengan TNI Angkatan Darat (Kostrad) meresmikan pembangunan bak penampungan air bersih di Kampung Warung Loa, Tamansari, Bogor pada Jumat, 6 Oktober 2023. Pembangunan bak penampungan air ini dilakukan dalam rangka program TNI Manunggal Air untuk mengakomodasi penyaluran air bersih untuk warga. Pada saat musim kemarau, warga Kampung Warung Loa kesulitan mendapatkan air bersih.

Wilayah Kampung Warung Loa ini berada di kaki Gunung Salak, Bogor. Jaraknya kurang lebih 18 km dari Kota Bogor serta dihuni sekitar 400 keluarga yang terdiri dari 8.000 jiwa. Sumber mata air warganya berada 3.5 km di puncak Gunung Salak dan sebelumnya dialirkan ke bak penampungan air berukuran 2 x 1 m² dengan kedalaman 1 meter. Akibatnya banyak warga yang tidak mendapatkan air bersih walaupun sumber mata air mencukupi.

Amah (42) warga Kampung Warung Loa mengungkapkan apabila musim kemarau panjang maka warga pun kesulitan mendapatkan air bersih. "Kita sampai beli air dua hari sekali, 500 liter, (itu) swadaya dari 4 keluarga. Kalau masuk musim kemarau, airnya

mengecil," jelas Amah. Biaya yang harus Amah keluarkan untuk membeli air minum secara swadaya itu adalah sekitar Rp. 80.000 per keluarga. "Kalau lagi kepepet banget, kita ya beli air galon ribu Kadang langsung beli dua galon," lanjutnya.

"Air bagi saya kan pokok, utama yaa... Semoga bak penampungan yang dibuat oleh TNI dan Tzu Chi sampai ke warga di sini, sebagian semua. Jadi walaupun kemarau, nggak susah air lagi," ungkap Amah bersyukur.

Ujang Rahim, Ketua RT. 03/09, Kampung Warung Loa mengatakan warga memang cukup air ketika musim hujan tiba. Tetapi sebaliknya, saat kemarau panjang membuat warga sangat kesulitan air. "Kalau sudah begitu, warga swadaya membeli air dari truk tangki berkapasitas 8 ribu liter. Dari sana, masing-masing warga dapat sekitar 50 liter," ungkap Ujang.

Meratanya Distribusi Air dari Sumbernya

Permasalahan warga terkait ketersediaan air bersih ini pun dijawab oleh Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia dan TNI Angkatan Darat (Kostrad) dengan program "TNI Manunggal Air". Bak penampungan air warga

Kampung Warung Loa yang lama pun digantikan dengan pembangunan bak penampungan air yang baru dengan kapasitas 30 kubik yang berada di sekitaran jalur pendakian Ajisaka, tepatnya di kaki Gunung Salak.

Selain pembangunan bak penampungan air yang lebih besar, pipa-pipa untuk mengalirkan air juga ikut diganti dengan yang lebih besar (ukuran 2 inch) dan berjenis pipa *High Density Polythene* (HDPE). Hal ini dilakukan karena material pipa lebih kuat dan aman digunakan untuk daerah pegunungan yang terjal. Selain untuk memenuhi kebutuhan warga, bak penampungan air bersih ini juga digunakan untuk beberapa rumah ibadah seperti masjid, gereja, pura, dan wihara yang ada di sekitar Kampung Warung Loa.

"Kami dari TNI Angkatan Darat berterima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia karena sudah membantu program TNI Manunggal Air sehingga dapat meringankan beban masyarakat yang ada di sekitar sini (Kampung Warung Loa). Dengan dibangunnya bak penampungan yang lebih besar, kebutuhan air untuk warga dan keempat tempat ibadah ini tentunya dapat terpenuhi dengan baik," ungkap Mayor TNI Hidayat.

Ketua Tim Tanggap Darurat Tzu Chi Indonesia, Joe Riadi sangat bersyukur dengan adanya kerja sama bantuan pengadaan bak penampungan air bersih ini. "Kita relawan Tzu Chi sangat bersyukur, senang karena bisa membantu warga dalam memanfaatkan sumber mata air," ucapnya. Ia juga berharap warga bisa saling gotong royong memelihara, merawat bak penampungan air bersih yang baru sehingga bisa terus digunakan dalam jangka panjang secara bersama-sama. "Semoga warga merawat, sehingga kebutuhan air bersihnya terpenuhi secara merata," kata Joe Riadi pada saat peresmian bak penampungan air bersih di Kampung Warung Loa.

Program TNI Manunggal Air ini sudah terlaksana di 783 titik dan di beberapa lokasi seperti Bogor (Jawa Barat), Pandeglang (Banten), dan Gunung Kidul (Yogyakarta) pelaksanaannya pun juga menggandeng Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. Lewat program ini juga, sudah ada 580 ribu jiwa penerima manfaat air bersih yang tersebar di seluruh Indonesia.

□ Anand Yahya

Artikel lengkap tentang
Tak Cemas Lagi di Musim
Kemarau dapat dibaca di:
<https://bit.ly/3QDinvf>





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: Siem Lestari Printing (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

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

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

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

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungan isinya.

Kisah Penerima Bantuan Tzu Chi

Kaki Prostetik Membuat Hari-Hari Siti Lebih Baik

Suara tawa menggema di satu ruangan terapi Orthocare, Pantai Indah Kapuk. Di dalam ruang terapi untuk berjalan itu, ada Siti Komariah, Mukti, dua orang terapis, Viona (relawan Tzu Chi), serta Rina (staf Bakti Amal Tzu Chi). Mereka banyak berbagi kisah perkembangan Siti yang sedang menjalani terapi berjalan.

Hari itu, raut wajah Siti juga terlihat sangat segar. Senyumnya terus terpancar. Rasanya ia seperti sedang pamer kepada relawan tentang bagaimana kakinya kini sudah terasa kembali genap dan lengkap, kembali menjadi dua walaupun salah satunya adalah kaki prostetik atau kaki palsu.

Awal Pertemuan

Dulunya Siti mengalami penyumbatan pembuluh darah yang akhirnya menyebabkan serangan jantung. Pascaserangan jantung itu, pembuluh darah di kaki kanannya pecah. Tak sampai dua minggu, saraf di kaki rusak dan kakinya menghitam hingga atas lutut. Dokter kemudian menyarankan untuk melakukan tindakan amputasi, karena apabila tidak, nyawa Siti yang justru akan terancam.

Titik terberat setelah amputasi adalah proses penyembuhan luka, dimana Siti perlu obat (yang sebagian tidak ditanggung BPJS), juga banyak perban balut luka, dan popok dewasa (diapers). Dalam sehari, ibu enam anak itu bisa memakai 4 hingga 5 lembar popok dewasa, yang mana satu pack popok (berisi 10 lembar) dihargai sekitar 65 – 70 ribu rupiah. Tanggungan keluarga menjadi lebih berat padahal pendapatan mereka tak pernah lebih tinggi.

Siti menjelaskan bahwa popok itu bisa habis banyak karena ia minum obat penguras air kencing. Kata dokter, obat itu berguna untuk menguras zat-zat berbahaya di dalam tubuhnya. “Makanya buang air kecil itu sering sekali. Kewalahanlah akhirnya untuk popok.”

Dalam masa kewalahan itu, Rani, anak ketiga Siti yang bekerja menjadi SPG



Viona Angelia, relawan Tzu Chi di wilayah Serang, Banten berkesempatan menemani Siti Komariah menjalani terapi untuk berjalan. Mereka tertawa bersama mengingat berbagai cerita perjuangan keduanya demi kesembuhan Siti.

salah satu produk bangunan bertemu dengan Viona, pemilik supermarket bahan bangunan yang juga adalah relawan Tzu Chi di wilayah Serang, Banten. Rani lalu berinisiatif untuk meminta bantuan berupa popok untuk mamanya. Tak butuh waktu lama, relawan di Serang langsung mengunjungi dan melihat keadaan Siti. Bantuan awal bagi Siti adalah berupa popok dewasa. Tak lama, relawan memberikan bantuan lanjutan berupa toilet duduk portable untuk memudahkan Siti buang air besar.

Pada satu kesempatan kunjungan kasih lainnya, Viona sempat bertanya, “Bu Siti, Ibu punya impian apa?” Lalu dengan nada malu dan suara yang lirih Siti menjawab, “Pengen punya kaki palsu, Bu.” Ia tahu pasti bahwa impian terbesar mereka yang punya keterbatasan di kaki pasca-amputasi adalah punya kaki kembali. Makanya Viona lebih dulu mengusahakan yang terbaik untuk Siti.

Setelah melalui pencarian, Tzu Chi kemudian mempercayakan penanganan pembuatan kaki prostetik dan terapi Siti di

Orthocare, PIK, Jakarta Utara. Dan untuk itu semua, sementara waktu Siti pun harus berpisah dengan keluarganya di Serang dan tinggal di Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat sejak tanggal 13 September 2023. Di Rusun, hidup Siti dan Mukti ditanggung oleh Tzu Chi termasuk transport untuk terapi.

Siti berkata, perjalanan panjang ini memang sungguh di luar perkiraannya karena sudah bisa bertahan dalam setahun perjuangannya, ia juga dipertemukan dengan orang-orang yang baik.

“Makasih banyak buat Yayasan Buddha Tzu Chi, relawan Buddha Tzu Chi, berikut semuanya yang terkait di dalamnya. Makasih banyak ya Allah, makasih banyak..., makasih banyak..., tak terhingga,” ungkapnya.

Metta Wulandari

Artikel lengkap Kaki Prostetik Membuat Hari-Hari Siti Lebih Baik dapat dibaca di: <https://bit.ly/3FHy8Lr>



Wujud Kepedulian dan Menghargai Sumber Daya Alam

Perhatian bagi masyarakat terus dilakukan oleh Tzu Chi Indonesia dalam wujud bantuan-bantuan. Di tahun 2023 ini, salah satu bantuan yang diberikan kepada masyarakat adalah pengadaan penampungan air bersih. Pemberian bantuan ini juga berkolaborasi dengan TNI dengan target membantu pendistribusian air bersih dari sumbernya untuk memenuhi kebutuhan masyarakat di berbagai wilayah di Indonesia.

Program bantuan pengadaan penampungan air bersih yang menggandeng Tzu Chi Indonesia ini dilaksanakan di wilayah Bogor (Jawa Barat), Pandeglang (Banten), dan Gunung Kidul (Yogyakarta). Hal ini menjadi catatan penting dimana

beberapa wilayah tersebut memang dikenal dengan wilayah yang sulit untuk mendapatkan air terlebih lagi di musim kemarau.

Sehingga pemberian bantuan penampungan air bersih ini menjadi jawaban dari sulitnya warga dalam mengakses air bersih. Selain itu di beberapa titik, Tzu Chi Indonesia melalui Tzu Chi Cabang Sinar Mas juga mendistribusikan air bersih bagi warga yang sumber airnya kering akibat kemarau panjang seperti di wilayah Pati, Jawa Tengah.

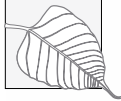
Tentunya bantuan ini bukan semata-mata sebagai acuan saat mengalami krisis air bersih, tetapi sebagai pengingat bahwa kita juga harus menghemat penggunaan air.

Dan konkritnya dapat dilakukan oleh setiap orang dimulai dari diri sendiri saat akan menggunakan air, baik di rumah atau di tempat-tempat lainnya.

Tentunya kita pun harus menggunakan persediaan air dengan bijak dan bertanggung jawab. Menghemat air itu penting untuk menjaga persediaan, kemurnian, dan kebersihan air sekaligus melindungi lingkungan. Menghemat air ini juga terus digaungkan oleh insan Tzu Chi sebagai salah satu perwujudan dari Misi Pelestarian Lingkungan Tzu Chi.

Dari Redaksi

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

—
上人開示
—


Pesan Master Cheng Yen

Cinta Kasih Tanpa Pamrih
Bagaikan Mata Air

Senantiasa bersyukur atas empat budi besar
Menghormati kehidupan dan mewujudkan keharmonisan
Menggali sumur dengan hati yang murni dan menginventarisasi kehidupan
Memiliki cinta kasih tanpa pamrih yang bagaikan mata air



Artikel dan video
dapat dilihat di:
<https://bit.ly/473zxaO>



“Pada tanggal 13 Januari 2023 pukul 5 pagi, ada seorang wanita hamil datang ke IGD bersama dengan suaminya yang merupakan seorang sopir truk tanah. Suaminya berkata bahwa saat dia akan berangkat kerja di tengah malam, dia tidak tahu mengapa istrinya bersikeras untuk ikut pergi bersamanya. Ketika berada di daerah dekat Tzu Chi Hospital, istrinya merasakan sakit di perutnya seperti akan melahirkan. Suaminya sangat panik dan seorang petugas keamanan membantunya mengantar istrinya sampai ke rumah sakit kita. Ternyata, istrinya benar-benar akan melahirkan,” kata Suriadi, Direktur Umum Tzu Chi Hospital Indonesia.

“Saat tiba di rumah sakit, suami ini menolak untuk masuk karena melihat rumah sakit yang sangat besar dan dia sendiri tidak membawa uang. Di rumah pun, dia juga tidak punya uang. Saat cerita ini terdengar oleh para staf kita, semua staf rumah sakit mengumpulkan dana untuk membeli perlengkapan bayi bagi pasangan ini. Ini membuktikan bahwa semangat cinta kasih Master telah tertanam dalam hati staf Tzu Chi Hospital,” lanjut Suriadi.

“Hal yang tidak terbayangkan ialah ketika mereka pergi membeli perlengkapan bayi, mereka juga membagikan kisah ini kepada pemilik toko. Pemilik toko merasa sangat tersentuh dan turut menyumbangkan 6 helai pakaian bayi. Kisah ini sangat menyentuh. Para staf berinisiatif mengumpulkan dana dan menginspirasi orang lain,” kata Suriadi.

Saya sangat tersentuh. “Rasa syukur” telah menjelaskan semuanya. Saat kita lahir, banyak hal yang patut disyukuri. Selain membalas budi orang tua, semua makhluk, dan para guru, kita

juga harus berterima kasih atas budi luhur alam. Ini disebut dengan empat budi besar. Lahir ke dunia ini, kita harus bersyukur atas empat budi besar. Ketika antarsesama manusia dapat bekerja sama dengan harmonis, barulah kita dapat menciptakan nilai dalam hidup. Jadi, untuk mewujudkan nilai kehidupan, hendaknya kita memiliki rasa syukur setiap saat.

Tujuan dari misi kesehatan kita ialah melindungi dan menghormati kehidupan. Kehidupan tidak hanya mengacu kepada manusia. Tanpa adanya makhluk hidup lain, manusia tidak dapat bertahan hidup. Dunia ini membutuhkan berbagai kehidupan yang berbeda untuk membuatnya menjadi lebih indah. Dengan adanya tumbuhan, hewan, dan manusia, dunia akan menjadi indah. Namun, hal yang sangat disayangkan ialah pikiran manusia yang tidak indah.

Akibat nafsu keinginan, pikiran, perkataan, dan tindakan manusia menimbulkan hal-hal yang buruk. Polusi udara diakibatkan oleh ulah manusia, begitu pula dengan kerusakan Bumi. Terlebih lagi, untuk menikmati kehidupan, manusia tidak peduli dengan apa yang mereka makan. Begitu menakutkannya kehidupan manusia.

Hendaknya semua orang merenungkannya dengan baik. Kenikmatan terbaik ialah ketika masyarakat harmonis dan menciptakan dunia yang damai dan bebas konflik. Inilah yang terbaik. Bagaimana kita dapat mencapai hal ini? Kita harus membangkitkan cinta kasih. Cinta kasih membawa kedamaian. Janganlah kita membandingkan harta yang kita punya, melainkan bandingkanlah seberapa besar sumbangsih yang telah kita berikan. Meski telah bersumbangsih

tanpa pamrih, kita tetap harus menginventarisasi kehidupan kita.

Selain Berbisnis, Juga Harus Melakukan Perbuatan Baik

Saya selalu menginventarisasi kehidupan setiap hari. Apakah kalian tahu air sumur? Jika tidak menggali sumur, kita tidak akan mendapatkan air. Setelah kita menggali sumur, air akan terus mengalir keluar. Tidak peduli berapa ember yang kita ambil, baik satu ember maupun seribu ember, ketinggian air di sumur tidak akan berubah. Ketika tidak ada air yang kita ambil dari sumur, airnya juga tidak akan bertambah tinggi. Ketika banyak orang mengambil air dari sumur itu, ketinggian airnya pun tidak akan berubah.

Jadi, hendaknya kita merenungkan sudahkah hidup kita seperti mata air yang terus memancar. Pancaran air yang saya maksud ialah apakah kita telah bersumbangsih bagi dunia. Jika kalian tidak menggali sumur, tanah akan kering selamanya. Hujan lebat akan menyebabkan banjir, tetapi ketika tidak ada hujan yang turun, tanah akan menjadi kering. Oleh karena itu, kita harus tetap memiliki air dan menjaganya tetap bersih. Inilah yang disebut dengan selain berbisnis, kita harus melakukan perbuatan baik.

Saat ini, kita semua perlu untuk menciptakan berkah. Waktu satu hari dapat dilalui dengan menikmati kehidupan ataupun menciptakan berkah. Dengan menciptakan berkah, kita masih meninggalkan jejak sumbangsih kita. Saya berharap kalian dapat menginventarisasi kehidupan kalian dengan baik. Kita harus menjadi seorang penggali sumur. Bukankah saya telah mengatakannya dalam Buletin Dunia Tzu Chi?

Saya berpikir bahwa saya tidak ingin membangun kolam dengan batu bata. Saya lebih baik menggali sumur sehingga air akan terus memancar keluar. Dengan membangun rumah sakit, kalian benar-benar telah menjadi penggali sumur. Namun, apakah ada air yang memancar keluar dari dalam sumur? Hal yang saya maksud bukanlah uang, melainkan cinta kasih. Apakah kalian telah membangkitkan cinta kasih untuk melindungi rumah sakit ini? Hal yang terpenting saat ini ialah menghimpun orang-orang.

Menghimpun orang bukanlah hal yang mudah. Apalagi menghimpun orang-orang yang memiliki tekad yang sama, ini lebih sulit. Bagaimana cara kita memiliki tekad yang sama? Kita harus memiliki cinta kasih yang tanpa pamrih. Inilah kebajikan yang luhur. Kebajikan dapat menginspirasi hati orang lain. Saya sering mengatakan bahwa kita harus memperpanjang jalinan kasih sayang dan memperluas cinta kasih agung. Tzu Chi Hospital harus penuh dengan jalinan kasih sayang dan cinta kasih agung. Dengan adanya rumah sakit Tzu Chi, saya merasa sangat tenang.

Saya selalu merasa diri saya dipenuhi oleh berkah. Semua Direktur Rumah Sakit Tzu Chi sangat dekat dengan hati saya. Tanpa harus saya mengingatkan, mereka memimpin semua orang ke arah yang benar sehingga dokter dan perawat memiliki tekad yang sama serta semua departemen dapat berkembang. Mereka mengelola rumah sakit dengan cinta kasih. Saya yakin bahwa Indonesia dapat mencapai ini.

□ Ceramah Master Cheng Yen Tanggal 13 Oktober 2023
Sumber: Lentera Kehidupan - Daai Tv Indonesia
Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet, Felicia
Ditayangkan Tanggal 15 Oktober 2023

慈悲行善福滿門 智慧處世德傳家

Berbuat Baik dengan Welas Asih Mendatangkan Berkah,
Membawa Diri dengan Kebijaksanaan Mewariskan Nilai Luhur bagi Keluarga.

Master Cheng Yen Menjawab

Mengapa Masalah Manusia Begitu Rumit?

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Mengapa masalah manusia begitu rumit?

Master Cheng Yen menjawab:

Terhadap setiap hal janganlah menjadikannya begitu sulit, kita cukup melakukan kewajiban kita sendiri. Tidak perlu menghabiskan banyak waktu dan pikiran untuk orang lain. Alihkan pemikiran ini kepada diri sendiri, yaitu memperhatikan apakah sikap dan tabiat diri sendiri sudah baik atau belum. Tidak perlu mengurus baik atau buruknya sikap dan nada suara orang lain. Menjaga sikap dan nada suara sendiri jauh lebih penting. Harus melapangkan hati.

Saya sering menyampaikan janganlah kita bergunjing mengenai masalah orang lain, namun jadikan masalah itu sebagai pelajaran bagi kita.

□ Sumber: Tzu Chi DaAi Video

Genta Hati

Menjadi Penggali Mata Air Cinta Kasih

Selain bersumbangsih tanpa pamrih, setiap orang hendaknya juga menginventarisasi kehidupan dan berusaha menjadi bagaikan mata air yang tak pernah berhenti memancar dan tidak kering meski airnya terus diambil orang. Apakah kita hidup dengan mengejar kenikmatan ataukah menciptakan berkah, hari-hari tetap terus berlalu. Semoga kehidupan kita menjadi bagaikan seorang penggali sumur yang memungkinkan cinta kasih terus mengalir.

Wejangan Master Cheng Yen dalam Lentera Kehidupan 13 Oktober 2023

TZU CHI MAKASSAR: Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-141

Pulang dengan Perasaan Lega dan Penuh Syukur

Ruang tunggu depan Klinik Mata Rumah Sakit Pelamonia Makassar Minggu pagi, (22/10/2023) itu sangat ramai. Sebanyak 124 pasien katarak dan *pterygium* didampingi keluarganya tengah menunggu giliran dibuka perban matanya oleh perawat dan dokter dari Tzu Chi.

“Seratus persen terang.. *hahaha*.” Tawa Mursalim (56) menggelegar. Pasien lainnya yang juga baru buka perban ikut tertawa, sebagian lagi tampak senyum-senyum.

“Saya betul-betul bersyukur, berkah sekali, *hahaha*.. Tadinya murung, sekarang sudah bisa ketawa lagi. Murung karena penglihatan kabur terus. Yang satu dulu sudah pernah dioperasi mata kanan, sekarang mata kiri,” sambung Mursalim, warga Kabupaten Gowa itu dengan logat Makassar yang khas, yang asyik didengar.

Seulas senyum juga menghiasi wajah Salmah (48) usai buka perban. Operasi *pterygium* kali ini merupakan yang keempat kali bagi Salmah. Ibu Guru Salmah, begitu ia biasa disapa, sudah hampir 20 tahun membaktikan

hidupnya sebagai guru TK. *Pterygium* menyulitkannya saat mengajar, apalagi kalau sampai kacamatanya tertinggal di rumah.

“Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena dengan adanya operasi ini bisa mengangkat apa yang menjadi gangguan selama ini dalam pekerjaan saya,” ujarnya.

Menyaksikan beragam ekspresi kebahagiaan para pasien dan juga keluarga pasien, baik saat hari operasi maupun pascaoperasi membuat Ketua Tzu Chi Makassar, Soandy Gozal dalam beberapa kesempatan tak mampu menahan rasa harunya. “Batin saya sangat bahagia,” tuturnya.

Total sebanyak 208 pasien telah diobati dalam Bakti Sosial Kesehatan Tzu Chi yang ke-141 ini. Layanan pengobatan meliputi operasi katarak, *pterygium*, bibir sumbing, hernia, dan benjolan. Selain merupakan wujud cinta kasih dan pengabdian Tzu Chi bagi masyarakat, pengobatan ini juga dalam rangka menyemarakkan HUT TNI ke-78.

□ Khusnul Khotimah



Relawan Tzu Chi Makassar mendampingi salah satu pasien Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-141 yang kesulitan berjalan untuk mendapatkan layanan kesehatan dari Tim Medis TIMA Indonesia di Rumah Sakit Pelamonia Makassar.

Khusnul Khotimah



Leo Rianto (Tzu Chi Medan)

Salah satu peserta donor darah dibantu oleh relawan Tzu Chi Medan sesaat sebelum tim medis mengambil darahnya dalam kegiatan donor darah yang dilaksanakan di Sekolah WR Supratman I, Medan.

TZU CHI MEDAN: Donor Darah

Menggalang Darah, Menggalang Hati

Relawan Tzu Chi dari komunitas Titi Kuning, Medan bekerja sama dengan RSUP H. Adam Malik mengadakan kegiatan donor darah di Sekolah WR Supratman I pada Minggu, 15 Oktober 2023. Selain 59 relawan komunitas dan tim medis Tzu Chi (TIMA), kegiatan ini juga didukung oleh 27 relawan kembang (calon relawan) dan 17 staf rumah sakit.

Amir Hamzah mewakili Sekolah WR Supratman I dalam sambutannya membawakan pesan cinta kasih serta dukungan agar lebih banyak lagi lapisan masyarakat yang akan andil bersumbangsih. “Kolaborasi antara kami dengan Tzu Chi untuk kegiatan donor darah sudah berlangsung lama. Kami berbangga hati dengan 20 siswi dari bangku SMP dan SMA yang dengan sukarela turut serta membantu dan melayani pada kegiatan donor darah hari ini,” kata Amir Hamzah.

“Master Cheng Yen selalu berpesan, ada dua hal yang tidak boleh ditunda di dalam kehidupan ini, yaitu berbakti kepada orang tua dan

berbuat kebajikan. Semoga apa yang diupayakan berkelanjutan. Semoga kita bisa mewariskan sebuah dunia yang lebih baik kepada generasi penerus,” tambah Amir Hamzah.

Bersama para panitia, Susanto selaku koordinator kegiatan menyambut para pendonor dan calon relawan dengan penuh sukacita. “Tujuan dari kegiatan hari ini adalah untuk mendukung ketersediaan stok darah sehingga bisa lancar disalurkan kepada mereka yang membutuhkan. Yang terpenting dari kegiatan ini adalah menggalang hati dengan menumbuhkan rasa cinta kasih di antara kita,” ujar Susanto.

Beberapa relawan komunitas juga mengajak anggota keluarga dan kerabatnya untuk mendonorkan darah sekaligus turut serta membantu kegiatan ini. Dalam kegiatan donor darah ini, dari 110 peserta yang mendaftar sebanyak 76 peserta berhasil mendonorkan darahnya.

□ Leo Rianto (Tzu Chi Medan)

TZU CHI PADANG: Bantuan Bedah Rumah

Harapan yang Terpenuhi Melalui Bedah Rumah



Serah terima kunci rumah Nidarwati yang berlokasi di Sungai Lareh, Lubuk Minturun, Kecamatan Koto Tengah yang dihadiri oleh relawan Tzu Chi Padang dan perwakilan dari Korem 032/Wirabaja, Padang, Sumatera Barat.

Pipi (Tzu Chi Padang)

Tzu Chi Padang bekerja sama dengan Korem 032/Wirabaja Padang Sumatera Barat memberikan bantuan bedah rumah

untuk Nidarwati (52) yang saat ini tinggal di asrama TNI-AD Sawahan Timur. Sebelum tinggal di asrama ini, Nidarwati dan keluarga tinggal di Sungai

Lareh, Lubuk Minturun Kecamatan Koto Tengah. Namun malang tidak dapat dihindari, pada tahun 2008 suami Nidarwati, Serka Sakril terjatuh di kamar mandi saat dinas di Korem 032/Wirabaja Padang yang menyebabkan Serka Sakril stroke.

Untuk mempermudah dan memperlancar proses pengobatan akhirnya mereka pindah ke Asrama TNI Sawahan pada Agustus 2009. Setelah menjalani pengobatan, Serka Sakril meninggal dunia dan Nidarwati hanya mengandalkan uang pensiunan suaminya untuk biaya hidup bersama anaknya. Pada awal tahun 2023, Nidarwati mendapat informasi bahwa asrama tempat tinggal mereka akan digusur. Sejak saat itu pikiran Nidarwati tidak tenang meskipun ada rumah peninggalan suami yang wujudnya sudah tidak layak huni.

Kemudian pada bulan Juni 2023, Mayor. Inf. Rudi Saragih selaku Pasi Bhakti TNI Siterrem 32/Wirabaja mendatangi Nidarwati.

Pada kesempatan itu, Nidarwati pun memohon bantuan kepada Mayor Rudi untuk merenovasi rumahnya terdahulu di Sungai Lareh. Menanggapi permohonan Nidarwati, Mayor Rudi akhirnya menyampaikan permintaan bantuan langsung ke Tzu Chi Padang.

Apa yang diharapkan pun menjadi kenyataan, permohonan yang diajukan oleh Nidarwati diterima oleh Tzu Chi Padang. Proses pembangunannya tergolong cepat, dimulai pada 29 Juli 2023 dan bisa berdiri dengan kokoh pada 30 September 2023.

“Saya tidak dapat berkata banyak. Harapan dan impian saya dapat menjadi kenyataan, rasa syukur terima kasih tak terhingga kepada relawan Yayasan Buddha Tzu Chi dan Bapak TNI yang sudah mau membantu merenovasi rumah yang akan saya tempati,” ucap Nidarwati saat ia menerima penyerahan kunci rumah baru pada Selasa, 17 Oktober 2023.

□ Pipi (Tzu Chi Padang)



Dok. Tzu Chi Surabaya

Dengan penuh cinta kasih dan perhatian relawan Tzu Chi Surabaya mengajarkan anak-anak di Kampung Gubukan membaca, menulis, dan berhitung.

TZU CHI SURABAYA: Kunjungan Kasih di Kampung Gubukan Mengajarkan Baca, Tulis, dan Hitung

Prihatin dengan anak-anak yang berada di Kampung Gubukan, Tandes, Surabaya, relawan Tzu Chi Surabaya mengajarkan Calistung (Baca, Tulis, Hitung). Relawan berharap anak-anak Kampung Gubukan dapat membaca dan menulis.

Berawal dari bantuan bulanan yang diberikan Tzu Chi Surabaya kepada Kampung Gubukan di Koramil 0830/05 Tandes, kemudian Sophie, Sheila, dan Santoso yang merupakan keluarga dan menjadi relawan Tzu Chi Surabaya berniat menjadi relawan pendamping di Kampung Gubukan. Kampung Gubukan, Tandes, Surabaya ini dihuni 27 keluarga yang mayoritas berasal dari luar Kota Surabaya.

Sophie, Sheila, dan Santoso kadang mengunjungi kampung Gubukan sekedar untuk menghibur dan berbincang dengan warga. Cinta kasih relawan sekeluarga ini tak berhenti di situ, tiap kali mengunjungi *Gan En Hu* (penerima bantuan Tzu Chi) terpikir bagaimana agar para *Gan En Hu* khususnya yang masih berusia

produktif tak selalu hanya menerima bantuan. Mereka berniat memberi bekal agar suatu saat mereka bisa hidup mandiri.

Niat mulia ini pun tersampaikan ke *Hu Ai* Tzu Chi Surabaya. Relawan pun mendapat kesempatan belajar cara mengajar dari Sekolah Sinar Mulia. Disisi lain ternyata Koramil 0830/05 Tandes, Babinsa, pengurus RT/RW setempat juga mendukung niatan relawan untuk mengajar di Kampung Gubukan.

Sophie sebagai penanggung jawab merasakan bagaimana relawan tanpa lelah dan penuh suka cita menjadi pengajar setiap minggunya di Kampung Gubukan sejak 25 Juni 2023 – 1 Oktober 2023.

“Saya cukup terharu dan bangga dengan relawan yang tanpa lelah selama 4 bulan ini. Kita juga bersama-sama belajar cara mengajar yang benar. Rasa capek kami terbayar ketika melihat setiap kami datang mereka menyambut kita dengan penuh suka cita,” ujar Sophie bersukacita.

FX Santoso Tanidjaja (Tzu Chi Surabaya)

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Tuang Celengan Bambu Menggalang Hati di Sekolah Vidya Sasana

Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan pengumpulan dan pembagian celengan bambu di Sekolah Vidya Sasana pada Minggu, 7 Oktober 2023. Pengumpulan celengan ini dilakukan serentak mulai dari jenjang SD, SMP, dan SMK, sedangkan jenjang TK dilakukan terpisah. Para murid, guru, dan staf terlebih dulu berkumpul di lapangan, kemudian siswa-siswi dipersilahkan menuangkan celengan yang telah mereka bawa dari rumah.

Javenie (17) merupakan siswi yang pernah mengikuti kegiatan Tzu Chi, menurutnya tujuan dari pengumpulan celengan ialah membantu orang yang kurang mampu, “Saya merasa sangat senang dan berterima kasih. Dengan adanya Tzu Chi saya bisa menjadi salah satu orang yang ikut bersumbangsih membantu orang yang kurang mampu, sebelum memasukkan koin ke celengan bambu saya juga berdoa semoga semua mahkluk hidup berbahagia.”

“Saya juga merasa sangat senang bisa bersumbangsih melalui celengan

bambu apalagi uang yang saya sisihkan bisa digunakan untuk membantu orang, terutama orang sakit biasanya mereka lebih membutuhkan banyak uang untuk berobat. Dengan adanya Tzu Chi mereka bisa terbantu,” ujar Noferando (15), siswa lainnya.

Ketika pengumpulan celengan dilakukan di TK, anak-anak tampak sangat antusias. Sebelum menuangkan celengan, para siswa berbaris rapi dan mendengar arahan dari guru mereka. Dengan senang hati mereka menuangkan celengan yang mereka miliki.

Siswa-siswi Sekolah Vidya Sasana merasa bahagia karena bisa turut membantu orang yang membutuhkan. Meski secara tidak langsung, ketika semuanya terkumpul, nominalnya menjadi besar dan dapat membantu orang-orang yang sedang mengalami kesulitan, seperti kesulitan biaya perawatan medis, biaya hidup, dan kebutuhan lainnya.

Rayden F. Romeo, Wilber (Tzu Chi Tj. Balai Karimun)



Calvin (Tzu Chi Tj. Balai Karimun)

Penuangan dan pembagian celengan bambu di Sekolah Vidya Sasana pada Minggu, 7 Oktober 2023 berlangsung meriah. Pengumpulan celengan ini dilakukan serentak mulai dari jenjang TK, SD, SMP, dan SMK.

TZU CHI CABANG SINAR MAS: Bantuan Air Bersih Air Bersih untuk Warga Jakenan, Pati, Jawa Tengah

Kemarau panjang yang melanda Indonesia mengakibatkan kekeringan di berbagai wilayah, tak terkecuali Kabupaten Pati, Jawa Tengah. Tidak hanya area persawahan yang kering, embung-embung (waduk atau kolam penampungan air hujan atau resapan) yang selama ini yang dijadikan sumber air bagi warga pun mengering. Padahal, warga di Kabupaten Pati khususnya di Kecamatan Jakenan memiliki kebiasaan mengambil air di sumur yang terdapat di sawah. Selain itu, keberadaan waduk atau embung juga dimanfaatkan warga untuk memenuhi kebutuhan air bersih dengan mengalirkannya ke rumah-rumah.

“Air dari embung ini memang dipakai untuk satu desa. Baru tahun ini (embung) kering, tahun-tahun sebelumnya *enggak* pernah,” kata Ali, perangkat Desa Tondokerto Kasi Pelayanan. Embung di wilayah ini dibangun seluas 1 hektar dan memiliki tinggi 3 meter. Warga juga ada yang memiliki sumur, namun juga mengering.

Tentu hal ini membuat warga kesulitan mendapatkan air bersih.

Tzu Chi Cabang Sinar Mas di Pati turut membantu meringankan beban warga Kecamatan Jakenan dengan menyalurkan air bersih. Sebanyak 14 tangki air bersih dengan kapasitas 8.000 liter didatangkan relawan untuk menyediakan air bersih di Desa Tondokerto dan Desa Mantingan Tengah yang sejak bulan Agustus sudah mengalami kekeringan. “Kegiatan penyaluran air bersih dilakukan dua waktu kegiatan. Yang pertama tanggal 8 Oktober 2023 sebanyak 9 tangki dan tanggal 12 oktober 2023 sebanyak 5 tangki,” ujar Dwi Haryanto, koordinator kegiatan.

Suparti (50), salah satu warga Desa Mantingan Tengah merasa bersyukur atas bantuan air bersih yang disalurkan relawan. “Terima kasih sekali atas bantuan air bersih dari Yayasan Buddha Tzu Chi, saya sangat senang ya,” ucap Suparti bahagia. “Airnya bersih bisa untuk masak dan minum,” katanya tersenyum.



Dok. Tzu Chi Cabang Sinar Mas

Kemarau panjang mengundang simpati relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas di Pati untuk menyalurkan air bersih bagi warga Desa Tondokerto dan Desa Mantingan Tengah, Kecamatan Jakenan, Kabupaten Pati, Jawa Tengah.

Busari (50), perangkat Desa Mantingan Tengah pun mengamini apa yang dikatakan Suparti. “Iya, terima kasih atas bantuan Tzu Chi. Kami dari desa benar-benar mengucapkan terima kasih sudah dibantu,” ucapnya.

Aprinda, Pagati, Yuliati (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)

Yuliana Suteja (Relawan Tzu Chi Palembang)

Belajar Membenahi Diri di Tzu Chi



Dok. Tzu Chi Palembang

“...Dengan berkegiatan Tzu Chi, dapat kita jadikan sebagai contoh dalam kegiatan sehari-hari..”

perubahan yang terjadi pada diri saya. Saya bisa menjadi lebih sabar, dapat berpikir dengan lebih baik dan fokus, melakukan segala sesuatu dengan *Yong Xin* (bersungguh hati), lebih bijaksana, dan sampai saat ini masih terus berproses untuk belajar lebih baik lagi.

Karena kebetulan saya dipercaya menjadi Ketua *Xie Li* Tamken di Tzu Chi Palembang, jadi segala macam kegiatan relawan kalau saya bisa ikut, pasti akan saya ikuti. Karena di sisi lain kan saya juga sering keluar kota untuk urusan pekerjaan dan lain-lainnya. Jadi kalau saya sudah berada di Palembang, pasti sebisa mungkin kegiatan relawan Tzu Chi saya ikuti.

Karena dengan berkegiatan Tzu Chi, kita dapat jadikan sebagai contoh dalam kegiatan sehari-hari. Jika ingin melakukan sesuatu hal maka dari persiapannya, kerapihannya, keindahannya semua harus dilakukan dengan sepenuh hati, sehingga hasilnya pun juga baik.

Selama perjalanan menjadi relawan Tzu Chi akhirnya saya dilantik menjadi relawan komite Tzu Chi dan itu dua kali karena pandemi *Covid-19*. Yang pertama pada bulan Desember 2022 di Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara, kemudian dilantik kembali oleh Master Cheng Yen

pada bulan Juli 2023 di Taiwan. Bagi saya Master Cheng Yen adalah sosok yang sangat luar biasa. Sosok yang welas asih dan terus menyerukan kedamaian dunia. Walaupun beliau tidak pernah keluar dari Taiwan untuk menyebarkan Tzu Chi, tapi kami murid-muridnya dapat merasakan apa yang telah Master Cheng Yen lakukan untuk kita semua.

Saya pun senang dengan semua Kata Perenungan Master Cheng Yen, tapi yang saya jadikan pedoman adalah lagu *Murid Idaman Master*. Kalau saya dengarkan dan mengikuti lirik-liriknya, kadang bisa meneteskan air mata sendiri, terharu, dan merasa saya masih harus banyak belajar agar dapat menjadi murid Master Cheng Yen yang berguna.

Tanggapan keluarga pun sangat bagus ketika saya menjadi relawan Tzu Chi. Suami dan menantu pun ikut juga menjadi relawan Tzu Chi. Jadi tidak ada kendala sama sekali untuk saya menjalankan dan berkegiatan relawan di Tzu Chi.

Jika ada kesempatan dimanapun, kapanpun, dengan siapapun pasti saya memperkenalkan Tzu Chi. Misalnya saya sedang keluar kota, terkadang ngobrol dengan orang yang tidak saya kenal. Setelah mulai ngobrol, kadang saya selipkan obrolan tentang Tzu Chi. Intinya saya akan terus menjadi relawan Tzu Chi selagi saya masih bisa. Jadi di sisa hidup saya ini akan saya baktikan untuk berkegiatan sosial di Tzu Chi bersama dengan relawan-relawan lainnya.

□ Seperti yang dituturkan kepada Arimami Suryo A.

Saya mengenal Tzu Chi itu awalnya dikenalkan oleh Suharjo *Shixiong* pada tahun 2018. Saat itu saya diberikan informasi tentang Tzu Chi dan akan ada kamp pengusaha di Jakarta tepatnya di Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara. Lalu saya datang sendiri ke Tzu Chi Center pada saat acara tersebut karena memang saya memiliki keinginan agar hidup saya bisa berguna untuk orang lain.

Sebelumnya ada beberapa aktivitas sosial untuk kemanusiaan yang saya ikuti juga. Tetapi setelah saya mengenal Tzu Chi, saya merasa inilah yang cocok untuk saya. Karena di Tzu Chi selain berkegiatan

sosial, kita juga banyak belajar, salah satunya belajar untuk membenahi diri sendiri. Ternyata semakin dalam belajar di Tzu Chi, semakin saya merasa tidak ada apa-apanya dan harus banyak belajar lagi.

Awal-awal ikut menjadi relawan Tzu Chi saya bergabung di bagian konsumsi dan dipercaya menjadi PIC-nya. Lalu di misi amal juga ikut berkegiatan seperti kunjungan kasih dan lainnya karena itu misi utama di Tzu Chi. Jadi apa yang dipercayakan di bagian apa saja, pasti saya laksanakan. Setelah beberapa tahun menjadi relawan Tzu Chi, secara tidak langsung ternyata banyak

Kilas

Menjajaki Jalinan Kerja Sama

Audiensi RSUP Persahabatan ke Tzu Chi

Tzu Chi Indonesia dan Tzu Chi Hospital menerima audiensi dari Rumah Sakit Umum Pusat Persahabatan pada Jumat, 13 Oktober 2023. Kegiatan ini dihadiri oleh Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia, Sugianto Kusuma dan Direktur Utama Rumah Sakit Umum Pusat Persahabatan, Prof. DR. dr. Agus Dwi Susanto, Sp.P(K).

Selain bersilaturahmi, dalam kunjungan ini juga membahas rencana potensi kerja sama antara Tzu Chi Hospital dengan RSUP Persahabatan dalam hal medis. Hal ini karena RSUP Persahabatan segera akan mengadakan transplantasi paru-paru pertama di Indonesia dan Tzu Chi Indonesia diajak sebagai salah satu mitra dalam kegiatan tersebut.

“Ini merupakan suatu pekerjaan yang luar biasa, untuk kemanusiaan. Dan memang visi misinya sama seperti Tzu Chi. Tentunya saat ini baru akan kita diskusikan bentuk kerja samanya seperti apa ke depannya dengan Rumah Sakit Umum Pusat Persahabatan,” kata Sugianto Kusuma.

□ Arimami Suryo A.



Arimami Suryo A.

Kelas Budi Pekerti

Generasi Muda Tanpa Rokok



Tan Surlianto (He Qi Utara 1)

Tzu Chi melalui kelas budi pekerti memberikan edukasi tentang rokok elektrik pada Minggu, 8 Oktober 2023 di Aula Jing Si, PIK Jakarta Utara. Kelas Tzu Shao yang diikuti 26 murid ini membahas tentang bahaya merokok dan edukasi tentang jenis-jenis rokok yang dibawakan oleh Mohammad Ainul Maruf SKM, MA, Sekretaris NGO Ruang Kebijakan Kesehatan Indonesia (RUKKI), serta dosen di Fakultas Kesehatan Masyarakat UMJ.

“Pertama jangan pernah mencoba, harus ada komitmen untuk berhenti merokok bagi perokok aktif. Kami berupaya meyakinkan pemerintah untuk membatasi hingga melarang iklan promosi rokok beredar,” jelas Mohammad Ainul Maruf SKM, MA.

Edward Chandaka, salah satu murid Kelas Tzu Shao juga mengungkapkan pendapatnya tentang bahaya rokok. “Rokok sebenarnya mengandung banyak zat-zat yang bisa menyebabkan seseorang dapat meninggal dunia. Rokok menyebabkan kecanduan, dan itu sangat menambah bahaya merokok,” ungkapnya.

□ Shelfi (He Qi Utara 1)

Kunjungan ke Tzu Chi Center

Menjadi Generasi Cinta Lingkungan dan Bertanggung Jawab

Pada Selasa, 10 Oktober 2023, sebanyak 60 mahasiswa dari Fakultas Bisnis dan Ekonomi Universitas Prasetya Mulya datang ke Tzu Chi Center untuk mengenal lebih dekat dan belajar langsung tentang Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.

“Tzu Chi sejauh yang kami kenal adalah organisasi yang sangat menekankan cinta kasih, kelihatan sekali banyak melakukan kegiatan yang menunjukkan cinta kasih tanpa membedakan, dengan cara yang tetap rendah hati,” kata Antonius Puspo Kuntjoro, Koordinator Bidang Pembangunan Karakter di Fakultas Bisnis dan Ekonomi Universitas Prasetya Mulya.

Dalam kunjungan ini, para mahasiswa juga belajar aksi pelestarian lingkungan yang saat ini menjadi salah satu fokus mereka. “Ternyata kalau dicermati, justru kita harus mulai sekarang juga dari diri kita sendiri. Apalagi kami sebagai generasi muda yang ke depannya menjadi generasi penerus, harus bisa bertanggung jawab,” tegas Owen Gani, calon Ketua Himpunan Mahasiswa Fakultas Bisnis.

□ Metta Wulandari



Metta Wulandari

Pelatihan Relawan Abu Putih

Tata Krama dan Sila sebagai Landasan Organisasi



Anis Widjaja (He Qi Utara 2)

Pelatihan Relawan Abu Putih ke-4 di komunitas *He Qi Utara 2* berlangsung pada Minggu, 1 Oktober 2023 dengan tajuk *Manajemen Cinta Kasih*. Kegiatan ini digelar di Gedung DaAi lantai 1, Tzu Chi Center dan diikuti oleh 49 peserta.

Dalam materi pelatihan, relawan Tan Sui Chin menyebutkan bahwa beberapa gestur di Tzu Chi yang mempunyai filosofi dan tujuan yang baik bagi setiap individu untuk menghormati sesama. Pada pelatihan ini, semua peserta diajak untuk mempraktikkannya bersama.

Selain itu, relawan Stephen Ang juga menjabarkan Ajaran Jing Si yang bermakna “giat mempraktikkan jalan kebenaran” yang di dalamnya terkandung ketulusan, kebenaran, keyakinan dan kesungguhan. “Untuk mendapatkan empat hal tersebut, banyak kegiatan Tzu Chi yang bermanfaat dan meningkatkan kualitas diri seperti bedah buku, pelatihan, menyaksikan Lentera Kehidupan di DAAI TV dan masih banyak lagi,” jelasnya.

□ Erlina Wang (He Qi Utara 2)

Cermin

Penyelamat Pohon Almond

Dahulu kala, ada seorang raja yang istananya sangat megah dan indah. Ada banyak tumbuhan langka yang ditanam di taman istana. Di antaranya, ada semak Reineckea yang tumbuh subur dan indah, harum, dan gemulai saat bergoyang tertiuip angin. Juga ada satu pohon Almond yang berdahan rimbun dan berbatang lurus. Ia merupakan pohon termegah dan tertinggi di taman ini, sehingga dijuluki “Ratu Pohon”.

Suatu hari, orang-orang di istana melaporkan kepada raja bahwa “Aula Pilar Tunggal” di istana hanya ditopang oleh satu pilar besar, dan karena usia pilar yang sudah tua, ada kemungkinan roboh. Maka Raja menugaskan pengrajin untuk mengganti pilar lama dengan batang kayu yang terbaik.

Para pengrajin mencari di seluruh penjuru negeri tetapi tidak dapat menemukan pohon yang cocok, akhirnya mereka menemukan bahwa hanya pohon Almond di taman istana yang paling cocok. Meskipun pohon Almond ini dijuluki sebagai Ratu Pohon dan raja sangat menyukainya, tetapi Aula Satu Pilar adalah bangunan yang sangat berharga. Setelah pertimbangan matang, raja memutuskan untuk menebang pohon Almond tersebut.

Orang-orang di zaman kuno percaya bahwa bunga dan pohon dihuni oleh dewa-dewi, jadi para pengrajin menyiapkan buah-buahan untuk menyembah dewa pohon Almond. Mereka berdoa dan berkata, “Karena Aula Satu Pilar akan runtuh, kami harus menebang Anda untuk membuat pilar besok, semoga Anda memaafkan kami.” Setelah selesai berdoa, para pengrajin pulang. Yang menghuni pohon Almond adalah seorang dewi, ketika dia mendengar bahwa dirinya akan ditebang, ia menangis dengan sedih. Dewa pohon lain di sekitarnya

juga menghela nafas dengan sedih, tetapi mereka tidak tahu ada cara apa untuk membantunya.

Dewi pohon Almond biasanya bersikap sangat bersahabat terhadap dewa Reineckea. Sekarang dewa Reineckea juga datang untuk menghibur sang dewi dan berkata. “Semua orang jika hanya menghela nafas saja, apa manfaatnya? Kita harus segera menemukan



Ilustrasi: Arimami Suryo A.

cara untuk menyelesaikan masalah.” Para dewa pohon selalu memandang rendah dewa rumput, mereka berkata dengan nada meremehkan, “Bahkan kami pun tidak tahu harus berbuat apa. Apa yang bisa kau lakukan sebagai dewa rumput kecil?” Dewa Reineckea berkata. “Asalkan bersungguh hati, pasti bisa menemukan jalan.”

Malam itu, dewa Reineckea meminta banyak serangga untuk menghinggapi pohon Almond, sehingga batangnya penuh dengan gundukan-gundukan kecil dan terlihat seperti terkena hama serangga.

Keesokan paginya, ketika pengrajin membawa pekerja untuk menebang pohon dan melihat kondisi ini, ia sangat kaget dan berseru, “Mengapa pohon ini tiba-tiba menjadi seperti ini? Sudah digerogeti serangga separah ini, sudah tidak bisa digunakan.” Jadi mereka tidak jadi menebang pohon.

Dewi pohon Almond dengan penuh rasa syukur berkata, “Biasanya para dewa pohon menyarankan saya untuk tidak bergaul dengan dewa rumput yang kedudukannya rendah. Namun, ketika saya menemui masalah, ternyata hanya dewa rumput yang dapat membantu saya!”

Pesan dari Master Cheng Yen:

Kita harus memperlakukan semua orang dengan setara, menjalin jalinan jodoh baik dengan cinta kasih yang tulus. Ini barulah kehidupan yang penuh kebijaksanaan.

□ Penerjemah: Erlina Zheng, Penyelaras: Arimami Suryo. A
Sumber Buku: The Saver of the Almond Tree 杏樹的貴人 - Master Cheng Yen Tell Stories

Info Sehat



Hipersomnia

dr. Elli Misnawati, Sp. KJ
(dokter spesialis kejiwaan Tzu Chi Hospital)



Hipersomnia adalah suatu gejala dimana orang yang sudah mempunyai kualitas tidur cukup tetapi masih merasa ngantuk yang sangat berlebihan di pagi hari atau siang hari. Misalnya, tidur kurang lebih 7 jam sampai 9 jam, tetapi masih merasa ngantuk yang sangat berlebihan di pagi hari atau siang hari. Atau yang kedua, bangun dengan keadaan tidak segar. Biasanya hipersomnia didiagnosa dari masa remaja, dewasa muda. Hipersomnia pun bisa menyerang kaum wanita maupun pria.

Hipersomnia tidak hanya mengganggu aktivitas sehari-hari, tetapi juga bisa membahayakan Anda. Contohnya jika pasien secara tidak sadar jatuh tertidur saat menyetir, atau mungkin saat berada di tempat keramaian. Selain itu, jika terjadi kondisi hipersomnia dimana pasien tertidur sampai sehari-hari (*Kleine-Levin syndrome*). Kondisi seperti ini tentunya akan mengganggu metabolisme tubuh, sehingga memicu kenaikan gula darah atau peningkatan tekanan darah.

Gejala hipersomnia seperti merasa mengantuk dan kelelahan, disertai mudah marah, gelisah, tersinggung, tidak nafsu makan, sakit kepala, sehingga sulit berkonsentrasi dan mengingat. Jika penyakit ini tidak disembuhkan, dalam jangka waktu lama akan berpengaruh buruk kepada mental dan tubuh.

Penyebab hipersomnia dapat dibagi menjadi dua jenis. Yaitu;

Hipersomnia Primer yang ditandai dengan penyakit neurologis. Ada beberapa penyakit yang menunjukkan gejala hipersomnia, contohnya *Narkolepsi* dan juga *Kleine-Levin Syndrome*.

Kemudian Hipersomnia Sekunder yang biasanya disertai oleh penyakit komorbid gangguan mental dan perilaku. Contohnya: depresi, penyalahgunaan obat-obatan tertentu, penyalahgunaan napza, dan lain-lain.

Jika Anda merasakan gejala hipersomnia kurang lebih dalam waktu tiga kali dalam satu minggu dan terjadi dalam tiga bulan. Segera berkonsultasi ke dokter terkait, seperti psikiater atau ahli penyakit saraf. Dokter akan mencari tahu penyebab hipersomnia yang Anda alami dan cara mengatasinya.

Sedap Sehat



Sambal Petai Kaki Jamur

Bahan-bahan:

- 200 gr Kaki jamur siap pakai
- 50 gr Petai kupas
- 2 buah Tomat
- 15 buah Cabai rawit merah
- 3 cm Jahe
- 10 ml Air
- 5 sdm Minyak sayur

Bahan hiasan:

- 2 sdm Saus tiram vegetarian
- 2 sdm Kecap manis
- 1 sdm Kecap asin
- ½ sdt Garam
- ½ sdt Kaldu jamur
- ½ sdt Lada bubuk

Cara Membuat:

1. Tumis irisan jahe hingga harum, kemudian masukkan cabai dan petai. Tumis sampai layu.
2. Masukkan kaki jamur lalu tambahkan semua bahan bumbu. Aduk rata.
3. Masukkan potongan tomat, tambahkan air sedikit demi sedikit, aduk kembali hingga rata dan bumbu meresap. Tutup dan masak dengan api kecil sekitar 10 menit, lalu angkat dan sajikan.

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara

Foto: Anand Yahya



Ragam Peristiwa



KAMP TZU CHING (30 SEPTEMBER -1 OKTOBER 2023)

PENYEMATAN TANDA KEANGGOTAAN. Tzu Ching (relawan muda-mudi Tzu Chi) Indonesia kembali mengadakan *Tzu Ching Camp* 2023 di Tzu Chi Center, Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara. Kegiatan yang mengusung tema “*TRANSFORMERS, The Rise of Tzu Ching*” ini diikuti oleh 99 peserta yang berasal dari Jakarta, Tangerang, Bandung, Batam, Medan, Pekanbaru, Surabaya, dan Papua serta pelantikan anggota Tzu Ching Indonesia yang baru.

DOK. Tzu Ching Indonesia



PENUANGAN ECO ENZYME DI LINGKUNGAN PIK (7 OKTOBER 2023)

MENGURANGI POLUTAN. Relawan Tzu Chi Indonesia bersama komunitas-komunitas Eco Enzyme melaksanakan penyemprotan ke udara dan penuangan Eco Enzyme ke beberapa danau untuk mengurangi polutan di kawasan Pantai Indah Kapuk (PIK), Jakarta Utara. Kegiatan yang dilaksanakan oleh 80 orang ini berhasil menuangkan 358 liter cairan Eco Enzyme ke danau dan menyemprotkan 5.000 liter air bercampur Eco Enzyme ke udara.

Arimami Suryo A.



DIMULAINYA BEDAH RUMAH TZU CHI DI PALMERAH (12 OKTOBER 2023)

PEMBONGKARAN RUMAH. Program bebenah kampung kolaborasi antara Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia dengan Pemprov DKI Jakarta di Palmerah, Jakarta Barat mulai dilakukan. Untuk tahap awal, sebanyak dua rumah di RT 013/008, Kelurahan Palmerah yang dihuni 5 keluarga akan dibongkar dan mulai dibangun kembali.

Arimami Suryo A.



BANTUAN PAKET KEBAKARAN DI TPA RAWA KUCING (24 OKTOBER 2023)

MERINGANKAN DUKA KORBAN KEBAKARAN. Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang memberikan bantuan kepada korban kebakaran di Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Rawa Kucing, Tangerang. Bantuan yang diberikan berupa 43 paket bantuan kebakaran serta bantuan sembako untuk keperluan dapur umum.

Clarissa Ruth

Tzu Chi Internasional

Tzu Chi Membantu Korban Banjir di Myanmar

Makanan Hangat untuk Korban Banjir



Dok. Tzu Chi Myanmar

Banjir di Kota Bago, Myanmar hampir melumpuhkan seluruh kota. Sekitar 14.000 orang harus mengungsi dari rumah mereka akibat banjir ini. Relawan Tzu Chi Myanmar kemudian memberikan bantuan makanan hangat kepada para korban banjir di lokasi bencana.

Curah hujan pada musim hujan di Myanmar pada tahun ini mencapai 7,87 inci atau hampir 200 mm pada tanggal 8 Oktober 2023. Hal ini memecahkan rekor curah hujan tertinggi di Myanmar dalam kurun waktu 59 tahun terakhir akibatnya banyak wilayah yang mengalami banjir. Wilayah yang terdampak banjir paling

parah adalah sebuah dataran dengan luas sekitar 39.400 kilometer persegi, yang terletak di bagian tengah dan selatan Myanmar, yaitu Kota Bago.

Ketinggian air di Sungai Bago telah melampaui batas siaga bencana, seluruh kota terendam banjir. Pemerintah pun memutuskan untuk menghentikan aliran listrik demi

menjaga keamanan warga. Menurut catatan statistik setempat, banjir yang terjadi kali ini telah menyebabkan lebih dari 14.000 orang mengungsi dari kediaman mereka.

Melihat begitu luas daerah yang terdampak banjir, anggota Sangha dari Vihara Pyar Pone Thamaing Daw Daya menghubungi relawan Tzu Chi, dengan harapan dapat membantu warga melewati masa sulit ini. Relawan Tzu Chi bekerja sama dengan tiga vihara di wilayah Yangon dan Kecamatan Thanlyin untuk bantu memasak dan menyiapkan makanan hangat.

Relawan Tzu Chi kemudian menyalurkan makanan hangat tersebut dengan menggunakan perahu kecil ke daerah-daerah yang bisa dijangkau dengan harapan makanan ini dapat memberikan kehangatan bagi para korban banjir.

Bencana Banjir Mempengaruhi Kehidupan

Tujuh orang relawan Tzu Chi Myanmar yang dipimpin oleh Guo Baoyu melakukan survei ke lokasi bencana banjir pada 9 Oktober 2023. Kemudian pada tanggal 10-13 Oktober,

mereka membagikan nasi kotak, roti, dan air minum yang berjumlah lebih dari 27.000 buah di posko bencana, sebanyak 155 relawan terlibat dalam pembagian bantuan ini.

Seorang pengendara sepeda motor yang menerima nasi kotak, bercerita kepada relawan Tzu Chi, bahwa banjir membuatnya tidak bisa berangkat kerja, sehingga kehilangan sumber penghasilan, dan hidupnya terjebak dalam kesulitan. Dia sangat bersyukur atas makanan hangat yang dibagikan oleh relawan Tzu Chi. “Sekarang bisa makan satu kali saja sudah merupakan suatu kebahagiaan,” ungkapnya.

Bencana alam terkait perubahan iklim makin meningkat. Dahulu, banjir rata-rata hanya terjadi satu kali dalam setahun, tetapi kali ini sudah merupakan kali kedua banjir melanda Myanmar pada tahun ini. Bencana alam memang menyedihkan, tetapi ada cinta kasih di dunia. Semoga kehidupan di lokasi bencana dapat segera pulih kembali.

□ Dilaporkan oleh Chen Yongsheng, Chen Yongjue, Huang Lufa (Tzu Chi Myanmar) | Penerjemah: Nagatan