

# sanu Bari

INNER VOICE

A Newsletter of  
Initiatives of Change Indonesia

ISSUE 002 | JAN 2025

## Cahaya dari Timur



Editor in Chief:

**Dahlia Rera**

Managing Editor:

**Nenden Vinna Mutiara Ulfa**

**Nur Hayati Syafii**

Contributors:

**Rinni Meir Rakmeni**

**Miftahul Huda**

**Anisa Ladhuny**

**Marvel Zainuddin**

**Stella Susanti**

**Tri Yuliani Nepa Fay**

**Dini Fauziyah Zahro**

**Dessy Jamilee**

**Neas Wanimbo**

**Nandor Lim**

**Dhuha Hadiansyah**

Layout & Design:

**M. Raffi Sidqi**

Editor:

**Ari Budi Santosa**

**Dahlia Rera**

Translator:

**Ari Budi Santosa**

Proofreader:

**Peter Heyes**

### **Cover Story**

Rinni Meir Rakmeni, Kepala Sekolah dan Fasilitator di Sekolah Rekonsiliasi.

Rinni mengadakan kelas luring bersama para guru di Sekolah Madison, Bolaang Mongondow, Sulawesi Utara.

"Selalu ada kisah perubahan di mana pun kita pergi, dari barat ke timur. Jika kita belajar mendengarkan."



# Membuka Pintu Indonesia Timur

by:

**Nur Hayati Syafii**

National Coordinator of  
Initiatives of Change Indonesia



Salam perubahan!

lofC untuk Indonesia

Setelah kami terus bergerak dan berdampak lewat program-program kita, lofC sudah berhasil menambah jangkauan di 18 kota di Indonesia. Sebagai bentuk menghidupi dan merayakan keberagaman Indonesia, SANUBARI edisi kedua ingin mengangkat cerita dari daerah Timur Indonesia dengan tema CAHAYA DARI TIMUR.

Tahun ini, Sekolah Rekonsiliasi (SR) kebersamai 1 sekolah di Timur tepatnya di Madison School, Bolaang Mongondow, Sulawesi Utara. SR mendapatkan kepercayaan mengisi pelatihan inner development bagi semua guru di sekolah. Pelatihan di semester pertama memberikan dampak signifikan terhadap pengembangan diri guru sehingga sekolah melanjutkan program pendampingan untuk 25 guru.

Program TBP, akibat dari kerja keras tim dan partner kami yang sangat kuat dan aktif, berhasil menjadi jembatan antar lintas iman bersama dengan Mahabbah Institute for Peace and Goodness (MIPG) di Makassar. Selain itu, fasilitator aktif TBP yang berasal dari Jayapura, Papua, juga bergerak merespon masalah dengan membangun Lembaga bernama Hanowene yang berfokus pada Pendidikan untuk anak-anak Papua.

Di Newsletter edisi ini, anda akan menemukan banyak cerita inspiratif dari Indonesia bagian Timur dengan karakter dan keunikannya yang menjadikan Indonesia sangat kaya.

Selamat membaca dan menemukan CAHAYA dari Timur.

Salam hangat,  
Nur Hayati Syafii

# Daftar Isi

## Sorotan

The School of Reconciliation:  
**Narasi – Narasi  
Retak** 07

Trustbuilding Program:  
**Dampak Program  
Trustbuilding di Makassar:  
Inisiatif Kolaboratif  
untuk Perdamaian** 11

Creators of Peace:  
**Lahirnya 13 Perempuan  
Penyebab Perdamaian  
di Parahyangan** 16

Kuping Haya:  
**Cahaya Timur  
di Hati Sukma** 20

MenTalk:  
**Menyeimbangkan  
Maskulinitas dan Femitas** 24

**Bersama-Sama  
Merayakan Anak Kecil  
dalam Diri di Banyuwangi** 28

## Cerita Perubahan

**Merayakan Setiap Helai:  
Kisah Mengenal Diri  
Melampaui Identitas** 36  
oleh: Tri Yulianti Nepa Fay

## Refleksi

**IofC Indonesia:  
“Support System”  
Terbesar Saya** 42  
oleh: Dessy Jamilee

**Menemukan Jawaban  
dalam Hening** 47  
oleh: Dini Fauziyah Zahro

**Catatan Tengah  
Hano Wene:  
Menyebarkan Kabar Baik  
Literasi Untuk Pedalaman  
Papua** 52  
oleh: Neas Wanimbo

**Surat dari  
Tetangga Kita  
Hidup Tertutup Rapat:  
Hidup Hanya  
Demi Eksistensi** 57  
oleh: Nandor Lim

**Waktu Dhuha  
Belunggu Kebebasan  
Memilih Pasangan** 63  
oleh: Dhuha Hadiansyah

**Yang Baru dari IofC ID  
Program Mendatang** 68  
69

# Sorotan

# Narasi – Narasi Retak



oleh:  
Rinni Meir Rakmeni  
Principal of School of Reconciliation

*Scan this QR code  
to access the website*



Perjalanan 134 kilometer itu saya tempuh selama kurang lebih 6 jam. Berkelok-kelok dan memicu rasa mual dari dalam diri. Saya tiba di malam hari tanpa benar-benar tahu apa yang terjadi dan bagaimana situasi di sana. Kelelahan, saya pun tertidur pulas. Keesokan paginya, saya tak percaya akan apa yang saya lihat. Saat itu saya yakin, kelas offline kali ini di desa Mobuya, Sulawesi Utara, pasti bukanlah sebuah pertemuan yang kebetulan dalam hidup saya.

Sejauh mata memandangi, yang saya lihat adalah permadani hijau yang hidup di setiap lembah yang terbentang. Sekolah tempat kami mendampingi guru-guru berjumlah 11 orang itu, tepat berada di tengah-tengah bukit yang penuh dengan hamparan kebun-kebun yang sedang menghijau.

Suasana sejuk dan pemandangan yang indah ini sungguh pengalaman langka bagi saya yang menghabiskan setengah usia saya di kota besar. Momen-momen inner listening melalui Quiet Time terasa sungguh berbeda, khusyuk, syahdu, dan sejuk.

Di sini lah kami melakukan sesi kelas Sekolah Rekonsiliasi luring selama 3 hari. Mulai dari sesi Quiet Time, 4 Moral Standard, Regulasi Emosi, Analisis Genogram, dan pembacaan essay kelas. Di sela-sela kelas diselingi dengan bermain kartu Friends for Life dan mengobrol santai. Sesekali ada lelucon dan celetukan dari para guru. Sepanjang sesi, ada begitu banyak cerita-cerita yang muncul dan temuan-temuan yang menimbulkan banyak perasaan berkecamuk. Narasi-narasi yang disimpan jauh di lubuk hati yang tak pernah disampaikan dan menjadi retakan-retakan dalam diri, disampaikan di sini setelah melalui pergumulan apakah harus bercerita atau tidak.

Kami mendampingi dan tidak memaksa, melainkan memberi ruang aman bagi para guru. Para guru menyambutnya sebagai momen berharga untuk berani bercerita. Ada tangis, haru dan kelegaan baik dari pencerita maupun dari para guru lain yang mendengarkan.

Sebelumnya, ada banyak doa-doa yang dipanjatkan oleh guru-guru di tempat ini agar Tuhan membantu memulihkan retakan-retakan hati mereka dalam hening. Ternyata, yang terjadi adalah lewat Sekolah Rekonsiliasi retakan-retakan ini bukan tertutupi tetapi menjadi jalan tembusnya cahaya. Setiap peserta menemukan bahwa dengan berani bercerita dan mengakui setiap pengalaman sulit, mereka justru menjadi pulih.

Setiap peserta menemukan kasih Tuhan yang melimpah, kemampuan meminta pengampunan dan mengampuni lewat sesi-sesi berbagi, bercerita, berani mengakui setiap retakan hati yang selama ini tertutup rapat.

**Hal ini mengingatkan saya pada apa yang disampaikan oleh Leonard Cohen, “Ada sebuah retakan pada segala hal. Begitulah caranya cahaya dapat masuk.”**

**Lewat kelas SR, Tuhan mengizinkan cahaya masuk dan bersinar lewat narasi-narasi retak milik setiap peserta. Setelah 3 hari berselang, saya melanjutkan perjalanan saya. Kelelahan, namun dengan hati yang lapang dan teduh. Selalu ada cahaya di setiap perjalanan pulih.**

Narasi-narasi retak yang menjadi jalan masuknya cahaya ini dapat ditemukan dalam setiap cerita di kelas-kelas Sekolah Rekonsiliasi lain yang tersebar di berbagai pulau di Indonesia.





Kamu mendengarkan banyak cerita seperti tentang relasi anak-orang tua yang retak dapat pulih atau tentang relasi suami-istri yang belajar berkonflik dengan sehat. Tentang menarik batasan diri yang jelas dengan berkata tidak dan iya pada waktu yang tepat atau cerita tentang seseorang yang meredam dorongan-dorongan perselingkuhan. Bagaimana salah satu teman kita berusaha menemukan cahaya di tengah krisis identitas diri dan memahami ulang peran diri sebagai tulang punggung keluarga. Di sisi lain, ada juga yang sedang bergumul tentang bagaimana menjadi orang tua yang sehat mental bagi anak-anaknya tanpa ada ekspektasi yang memberatkan diri.

Sudah 10 tahun berlalu sejak pertama kali Sekolah Rekonsiliasi didampingi oleh Teacher Nandor Lim dari AKASHA Malaysia, dan pada ulang tahun ke-10 ini, kami dapat melihat bahwa retakan-retakan itu masih ada dalam cerita setiap orang. Tetapi, setiap ruang-ruang diri tidak lagi gelap. Dari retakan-retakan itu muncul cahaya. Muncul harapan pemulihan. Dan setiap orang menggunakan cahaya yang hadir dalam dirinya, sekecil apapun. untuk terus berlatih agar pulih.

Tentunya ini tidak mudah. Ada banyak hal yang dikorbankan, ada usaha keras untuk tidak lagi jatuh pada pola luka yang sama. Lalu, ada disiplin yang perlu ditegakkan sebagai bentuk merawat diri yang sehat. Komitmen mengambil waktu untuk terus terhubung dengan diri lewat inner listening dan inner bonding.

Bahkan, beberapa peserta dari papua dan NTT perlu mengeluarkan dana yang lebih untuk mengikuti kelas offline di Jakarta. Peserta, fasilitator program, dan tim lofC terus saling mendampingi dan bertumbuh untuk menjadikan Initiative of Change Indonesia sebuah komunitas yang bertumbuh menuju perubahan diri.

Sampai saat ini, pendampingan dari teacher Nandor Lim masih berlanjut pada tim program Sekolah Rekonsiliasi untuk tim lofC Indonesia dan kelas-kelas pendampingan dari fasilitator Sekolah Rekonsiliasi pun masih berlanjut. Kami butuh lebih banyak lagi tenaga, waktu, sumber daya untuk memperluas dampak kami bagi Indonesia. Saat ini, masih banyak daerah seperti di Kalimantan dan Maluku yang belum terjamah dan ini menjadi perhatian kami.

**Pada akhir tahun 2024, kami akan melakukan lagi kelas-kelas offline mengunjungi teman-teman di mana banyak peserta kami berkumpul seperti Jakarta, Bandung, dan Manado. Selain itu, kami juga melakukan sesi bonding dengan Inner child di Banyuwangi, Jawa Timur. Semoga setiap perjumpaan yang terjadi dengan para peserta adalah sebuah pemantik bagi peserta agar cahaya-cahaya pun dapat bersinar menembus ruang-ruang retak di hati mereka.**

# Dampak Program Trustbuilding di Makassar: Inisiatif Kolaboratif untuk Perdamaian

oleh:  
Miftahul Huda  
Program Manager TBP - IofC Indonesia

Scan this QR code  
to access the website

Program Trustbuilding yang dilaksanakan bersama oleh Initiatives of Change (IofC) Indonesia dan Mahabbah Institute for Peace and Goodness (MIPG), telah menjadi inisiatif transformatif dalam membangun keharmonisan sosial dan resolusi konflik di Makassar, Indonesia. Program ini mengatasi ketegangan antarkelompok dengan menciptakan platform untuk dialog, pemahaman, dan kolaborasi lintas batas agama, budaya, dan sosial.



## Mengatasi Ketegangan Sosial



Makassar, kota yang dikenal dengan keberagaman budayanya, menghadapi tantangan terkait ketegangan etnis dan agama. Kesalahpahaman dan stereotip sering kali memicu ketidakpercayaan antar komunitas sehingga menghambat upaya membangun masyarakat yang kohesif.

**Program Trustbuilding berupaya menjembatani perbedaan ini dengan menumbuhkan pemahaman dan empati.**

Melalui dialog dan kegiatan keterlibatan masyarakat, program ini menekankan pentingnya mendengarkan tanpa menghakimi, mengatasi akar prasangka, dan mendorong peserta untuk melihat keberagaman sebagai kekuatan.

## Dampak Utama

### Memberdayakan Pendamai Lokal

Program Trustbuilding telah mengidentifikasi dan melatih individu dari berbagai latar belakang sebagai duta perdamaian. Mereka dibekali keterampilan untuk menengahi konflik, memimpin dialog, dan membangun kepercayaan di komunitas masing-masing. Upaya level lokal mereka memastikan dampak program ini berkelanjutan dan menjangkau lebih luas.

### Proyek Kolaboratif

Kemitraan antara IofC Indonesia dan Mahabbah Institute juga menghasilkan proyek-proyek komunitas kolaboratif yang mengatasi kesenjangan sosial-ekonomi. Misalnya, inisiatif untuk mendukung kelompok-kelompok termarjinal melalui pelatihan keterampilan dan program mata pencaharian. Hal tersebut membangun kepercayaan dengan memberikan manfaat nyata bagi seluruh anggota komunitas.

### Memperkuat Hubungan Antaragama

Salah satu pencapaian terbesar dari program ini adalah mempererat hubungan antar kelompok agama. Dengan mengadakan dialog lintas agama, peserta memiliki kesempatan untuk berbagi pengalaman pribadi, menghilangkan kesalahpahaman, dan membangun koneksi yang tulus. Hal ini berkontribusi pada penurunan konflik dan peningkatan kolaborasi antar organisasi berbasis agama di Makassar.

### Menciptakan Ruang Aman untuk Berdialog

Banyak peserta menekankan pentingnya ruang aman untuk menyampaikan pendapat tanpa rasa takut akan penghakiman. Forum ini memungkinkan komunitas untuk membahas keluhan historis sehingga membuka jalan bagi pemulihan dan rekonsiliasi.

### Menginspirasi Gerakan Perdamaian yang Lebih Luas

Keberhasilan program di Makassar telah menginspirasi inisiatif serupa di daerah lain. Penekanan pada pembangunan kepercayaan sebagai prinsip inti perdamaian sejalan dengan kebutuhan masyarakat di seluruh Indonesia, negara yang dikenal akan keberagamannya dan kerentanannya terhadap ketegangan sosial.

## Suara dari Para Peserta

Beberapa peserta berbagi bagaimana program ini mengubah perspektif dan kehidupan mereka. Seorang pemimpin muda berkata,

**“Sebelum mengikuti program ini, saya hanya berinteraksi dengan orang-orang dari komunitas saya. Sekarang, saya punya teman dari berbagai agama dan budaya, dan kami bekerja bersama untuk menciptakan perubahan.”**

Seorang pemimpin agama berkomentar,

**“Inisiatif ini mengingatkan kami akan kemanusiaan yang sama-sama kita miliki. Bukan tentang mengubah kepercayaan orang lain, tetapi memahami dan menghormati mereka.”**



## Langkah Selanjutnya



Kemitraan antara IofC Indonesia dan Mahabbah Institute menegaskan pentingnya kolaborasi dalam upaya membangun perdamaian. Seiring berjalannya waktu, fokus program ini tetap pada pendalaman kepercayaan, memperkuat hubungan, dan mempromosikan inklusivitas.

Di dunia yang sering terpecah oleh perbedaan, upaya yang dilakukan di Makassar menjadi contoh nyata bagaimana komunitas dapat bersatu untuk menciptakan masa depan yang lebih harmonis dan damai.

# Lahirnya 13 Perempuan Penyebar Perdamaian di Parahyangan



oleh:  
Anisa Ladhuny  
Creators of Peace Team

Scan this QR code  
to access the website



Pada tanggal 25-27 Oktober 2024, Initiative of Change (IofC) Indonesia menyelenggarakan training Women Creators of Peace (CoP) di Parongpong, Bandung. Kegiatan ini mengusung tema pentingnya peran perempuan dalam menciptakan perdamaian melalui pendekatan kepemimpinan, empati, dan kerja sama. Acara ini berhasil menarik perhatian para perempuan dari berbagai latar belakang yang ingin berperan aktif dalam membangun masyarakat yang lebih damai dan harmonis.

Women Creators of Peace (CoP) dari Initiatives of Change (IofC) Indonesia adalah bagian dari gerakan global yang mempromosikan pembangunan perdamaian dan rekonsiliasi melalui kepemimpinan perempuan. Program ini berfokus pada pemberdayaan perempuan agar menjadi agen perdamaian dengan mendorong dialog, pemahaman, dan kolaborasi. Perempuan dari berbagai latar belakang agama, budaya, dan sosial didorong untuk berbagi cerita dan pengalaman pribadi, merefleksikan kedamaian batin, serta menemukan cara untuk menciptakan perubahan positif di lingkungan mereka.

Pelatihan ini dirancang untuk memperkuat kemampuan para perempuan dalam pemahaman tentang nilai-nilai perdamaian, memperkuat kemampuan refleksi diri, komunikasi empatik, serta membangun jaringan komunitas di antara perempuan.

Adapun 3 hal yang ditekankan dalam training ini adalah :

- **Transformasi Pribadi**
- **Dialog dan Rekonsiliasi**
- **Kepemimpinan untuk Membangun Perdamaian**



Peserta berasal dari berbagai kota, seperti Bandung Raya, Jakarta dan Garut. Dengan beragamnya latar belakang peserta, mereka dapat saling berbagi wawasan dan pengalaman untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang inklusif dan memperkuat support system satu sama lain.

Selama tiga hari pelatihan, para peserta mengikuti berbagai sesi yang mendalam, seperti:

## 10 Gathering Points

Modul pembelajaran CoP terdiri dari 10 gathering point yang meliputi:

#1 What is Peace Anyway?

#2 Circles of Concern

#3 What Destroys Peace & Whats Builds It?

#4 Qualities of A Peace Creator

#5 Inner Peace

#6 Listening to Others

#7 Inner Listening

#8 The Power of Forgiveness

#9 Peace in Practice

#10 Evaluate & Commit

## Quiet Time

Pada pagi hari, peserta melakukan quiet time dengan menggunakan media kartu Friends for Life dan poin ke-7 Inner Listening. Quiet time bukan hanya dilakukan di dalam ruangan, tetapi juga di alam terbuka dengan dikelilingi keindahan pohon pinus.

## Menyediakan Makan Bersama

Salah satu hal yang menarik dari pelatihan ini adalah peserta belajar untuk bekerja sama dalam menyiapkan sesi makan bersama. Meski berbeda latar belakang dan usia, peserta mampu berkolaborasi mulai dari hal yang sederhana.

Pelatihan ini meninggalkan kesan mendalam bagi para peserta karena mereka mendapatkan banyak pengetahuan dan energi baru. Sebagian besar peserta merasa lebih siap untuk menghadapi konflik dengan cara yang lebih konstruktif dan bijaksana. Selain itu, mereka juga merasakan adanya ikatan emosional yang kuat dengan peserta lain. Ini bisa menjadi sumber dukungan dalam perjalanan mereka sebagai pencipta perdamaian di komunitas masing-masing.

**lofC Indonesia berharap bahwa para peserta dapat mengimplementasikan pembelajaran dan keterampilan yang mereka dapatkan. Selain itu, kita berharap mereka mampu menginspirasi perempuan lain untuk turut serta dalam membangun masyarakat yang damai dan harmonis, baik di Parahyangan (Bandung Raya) maupun Indonesia dan seluruh dunia.**



“Saya khawatir menghadapi gerbang kedewasaan, tetapi saya sadar bahwa berdamai dengan diri sendiri dan menjadi pendengar yang baik adalah langkah awal. Saya ingin terus belajar dari berbagai orang untuk memperluas cara pandang. Selain itu, saya ingin menggerakkan pemuda, khususnya perempuan, dalam isu KBB demi menciptakan lingkungan yang damai. Setelah ini, saya berkomitmen untuk berkomunikasi dengan baik, menyampaikan emosi dengan bijak, dan tidak terburu-buru dalam menilai orang lain.”

### - Indah, Mahasiswa & Aktifis Perdamaian



“Saya khawatir tentang kemandirian finansial jika harus hidup sendiri, mengingat penghasilan saya masih terbatas. Selain itu, saya juga memikirkan dampak dari perselingkuhan atau membangun keluarga baru, terutama bagi anak-anak yang terlibat. Rasa takut yang berlebihan sering menjadi hambatan bagi saya, baik dalam menyuarakan nilai yang diyakini, mengambil keputusan, maupun menghadapi ketidakpastian.

Untuk mengatasinya, saya ingin lebih jujur terhadap diri sendiri dengan mendengarkan suara hati yang berlandaskan cinta, ketulusan, dan kepedulian. Saya juga akan berlatih mengambil jeda saat menghadapi tantangan agar dapat terkoneksi dengan diri sendiri dan menemukan keyakinan dalam menghadapi situasi sulit. Selain itu, dukungan dari support group dan psikoedukasi berkala akan membantu saya dalam proses ini.”

### - Dewi, Dosen & Ibu Rumah Tangga

# Cahaya Timur di Hati Sukma

oleh:  
Stella Susanti  
Kuping Haya Team



*Scan this QR code  
to access the website*

Dia adalah anak perempuan ketiga dari hasil pernikahan kedua orang tuanya. Ayahnya, seorang pria dengan watak tegas yang kadang berubah menjadi keras, sering kali menggunakan ikat pinggang atau sapu lidi untuk mendisiplinkan anaknya. Hukuman itu biasanya mendarat di paha atau kakinya. Dalam keluarga mereka, ayahnya adalah sosok yang mendominasi dan memegang kendali penuh atas segala hal. Di sisi lain, ibunya adalah seorang wanita dengan ketabahan luar biasa, yang tidak pernah sekalipun memarahi anak-anaknya meskipun keadaan sering kali sulit.



Kakak pertamanya, meskipun keras dan tegas seperti ayah, memiliki cinta yang besar terhadap adik-adiknya. Cinta itu selalu terasa, meskipun ia tidak banyak mengungkapkannya dengan kata-kata. Sementara kakak keduanya, yang lahir hanya beberapa bulan sebelum dirinya, tumbuh menjadi pribadi yang percaya diri, rajin, dan mudah berteman. Namun, ia juga kerap membandingkan kondisi mereka, terutama ketika ada perbedaan perlakuan atau pemberian dari orang tua.

Keluarga mereka hidup dengan sangat sederhana. Kesederhanaan itu begitu nyata, menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari yang tak mudah dilupakan. Dia ingat saat-saat melihat teman-temannya mengikuti kegiatan band dari balik jendela kelas. Hasrat untuk bergabung begitu besar, tetapi ia sadar bahwa orang tuanya tidak memiliki cukup uang untuk membiayainya. "Tidak apa-apa," pikirnya, sambil mencoba meyakinkan diri bahwa mungkin ia memang tidak berbakat di bidang itu.

Dia juga teringat ketika ayahnya menolak permintaannya untuk ikut karyawisata, dengan alasan bahwa kegiatan itu tidak berpengaruh pada prestasinya di sekolah. Sampai tahun terakhirnya di sekolah dasar, dia masih mengenakan seragam bekas kedua kakaknya. Warna seragam itu sudah memudar, seakan menceritakan panjangnya waktu yang telah dilewati. Bahkan untuk pas foto ujian, ia hanya mampu mencetak dalam hitam putih karena uang yang tersedia tidak cukup untuk mencetak foto berwarna.

Ada satu momen yang tak pernah ia lupakan, ketika ia harus menerima kenyataan bahwa makan malamnya hanya nasi dan garam. Ibunya, dengan tangan yang kasar akibat kerja keras, menyuapinya dengan penuh kasih. Di tengah keterbatasan itu, ia bertanya dalam hati, "Apakah memang kami semiskin ini?"



Ketika akhirnya keluarganya memutuskan untuk kembali ke kampung halaman karena tidak ada lagi rejeki yang bisa mereka petik di Jakarta, ia belajar menerima keadaan. Hidup dalam keterbatasan memaksanya untuk berpikir dan bertindak seperti orang dewasa, jauh sebelum usianya menuntut itu. Meski demikian, ia tumbuh menjadi anak yang unggul dalam pendidikan. Prestasinya bahkan melampaui kedua kakaknya.

Orang tuanya melihat harapan besar dalam dirinya. Harapan itu sering kali diungkapkan oleh ayahnya dalam kata-kata yang diucapkan berulang-ulang, “Dek, nanti kamu yang akan membantu ayah mama, dan kakak-kakak kelak. Kamu yang akan kami andalkan. Tidak ada yang lain.”

Saat dia memutuskan untuk kembali ke Jakarta seorang diri, tinggal bersama kakek dan neneknya, hidupnya mulai berubah. Dia menjadi mandiri, bahkan sejak duduk di bangku SMP. Satu per satu impiannya tercapai. Dia berhasil masuk ke salah satu perguruan tinggi negeri terbaik di Indonesia dan kemudian bekerja di perusahaan-perusahaan besar di bidangnya.



Perjalanan itu tidak mudah. Suatu hari, seorang rekan kerja mengenalkannya pada sebuah program bernama “Sekolah Rekonsiliasi.” Tanpa banyak berpikir, dia langsung mencari tahu lebih jauh tentang program itu. Alasan sederhana yang ia berikan saat wawancara pertamanya adalah, “Saya ingin mengenal diri saya lebih jauh.” Dan memang, itulah yang terjadi.

Melalui Sekolah Rekonsiliasi, ia menemukan cara untuk memeluk emosinya, mencintai setiap bagian dari dirinya apa adanya, dan memahami pola-pola yang ada dalam keluarganya. Ia belajar untuk menerima diri, memaafkan, dan bahkan melakukan "reparenting" pada anak kecil dalam dirinya yang selama ini terabaikan.

Proses ini mengubahnya secara perlahan tapi pasti. Dia yang dulu mudah marah dan sering menyakiti dirinya sendiri kini belajar untuk tenang. Dia yang dulu menyalahkan orang tuanya atas segala keterbatasan, kini mampu melihat mereka dengan rasa kasih dan pengertian. Dan dia yang dulu menganggap uang sebagai akar dari semua masalah kini memiliki hubungan yang lebih sehat dengan keuangan.

## Sekolah itu menjadi tempat metamorfosis.

Dia melihat dirinya seperti pupa yang perlahan berubah menjadi kupu-kupu. Proses itu penuh perjuangan, tapi hasilnya adalah keindahan dan kekuatan yang baru dalam dirinya.



# Menyeimbangkan Maskulinitas dan Feminitas



oleh:  
Marvel Zainuddin  
Tim MenTalk

*Scan this QR code  
to access the website*



Dua pertemuan MenTalk terakhir terfokus pada makna hubungan dan identitas laki-laki di luar sekadar urusan gender dan orientasi, yaitu “Laki-laki Womanizer” dan “Berburu Kejantanan.” Tema-tema ini membuka pandangan bahwa soal keseimbangan antara energi maskulin dan feminin yang ada di setiap individu.

Pada episode “Laki-laki Womanizer,” diskusi mengurai bagaimana sosok pria yang kerap disebut perilaku womanizer sebenarnya mencerminkan bentuk ketidakseimbangan. Maskulinitas yang berlebihan atau tidak terkendali dapat menyebabkan relasi yang berpusat pada dominasi, kontrol, atau kebutuhan pribadi tanpa pertimbangan atas kebutuhan emosional dan batas-batas yang sehat dalam relasi. Hal tersebut merupakan panggilan bagi setiap pria untuk memahami bahwa di balik kekuatan maskulin, ada pula energi feminin yang bersifat perasa, menghargai, dan peduli. Keseimbangan tersebut menciptakan relasi yang saling mendukung, di mana baik laki-laki maupun perempuan mampu memberikan empati dan pengertian.

Lebih dalam lagi, “Berburu Kejantanan” mengangkat isu maskulinitas di luar batasan orientasi seksual. Diskusi ini menunjukkan bahwa maskulinitas dan feminitas adalah dua sisi yang tidak terbatas pada gender atau orientasi seksual tertentu. Pria, dengan orientasi apapun, memiliki kapasitas untuk menyeimbangkan kedua energi ini sesuai dengan prinsip, nilai, dan mentalitas mereka. Ini bukan tentang jenis kelamin, melainkan tentang bagaimana cara menghadirkan ketegasan tanpa kehilangan kelembutan, atau menghadirkan keberanian tanpa mengabaikan empati. Baik maskulinitas maupun feminitas adalah aspek yang dimiliki semua orang; keduanya bukanlah kutub yang bertentangan, melainkan pelengkap yang, bila seimbang, dapat membentuk diri yang utuh.



Pesan utama dari kedua sesi ini menggarisbawahi bahwa kejantanan bukan berarti kaku atau kasar, dan feminin bukan berarti lemah atau rentan.

Setiap orang, dalam hidupnya, perlu belajar menyeimbangkan maskulinitas dan feminitas untuk menjadi sosok yang tidak hanya kuat dan mandiri, tetapi juga peduli serta sensitif. Pada akhirnya, membangun relasi yang sehat dimulai dari harmoni di dalam diri sendiri.

MenTalk berkomitmen untuk terus menjadi ruang diskusi terbuka bagi para pria agar menemukan makna keseimbangan yang sejati.

Kami mengundang para pria untuk bergabung dalam sesi-sesi MenTalk berikutnya. Di sini, kalian akan menemukan ruang terbuka untuk berbagi, mendengarkan, dan belajar dari pengalaman orang lain dalam perjalanan menemukan keseimbangan antara maskulinitas dan feminitas.

**Bersama, kita akan menggali tema-tema yang relevan dalam kehidupan sehari-hari, baik tentang relasi, identitas, maupun kesehatan mental. MenTalk bukan sekadar tempat berbincang, melainkan wadah untuk tumbuh dan menemukan versi terbaik diri kita sebagai pria yang lebih peduli, kuat, dan autentik.**

**Jangan lewatkan kesempatan untuk menjadi bagian dari komunitas yang mengutamakan pemahaman dan dukungan satu sama lain.**



# Bersama-Sama Merayakan Anak Kecil dalam Diri di Banyuwangi



oleh:  
Farida Andjani Azzahra

Kunjungan IofC Indonesia ke Banyuwangi, Jawa Timur pada 29 November hingga 1 Desember 2024 merupakan upaya IofC Indonesia untuk menjangkau tim lokal yang dibungkus dengan liburan bersama dengan tema “Bermain bersama Inner Child”. Selain memperkuat koneksi antara tim lokal dengan tim inti, kegiatan ini juga bertujuan mengajak partisipan untuk merayakan anak kecil dalam diri mereka. Diikuti oleh 26 peserta dari berbagai lokasi di Indonesia, mulai dari Lampung, Jakarta, Bandung, Jogjakarta, Solo, Madura, dan Bali. Bahkan, Uncle Peter selaku Mentor Senior IofC Indonesia yang berasal dari Canada, ikut memeriahkan seluruh rangkaian liburan yang bermakna ini.

*Scan this QR code  
to access the website*



“Bermain bersama Inner Child” merupakan perjalanan untuk terkoneksi dengan alam dan diri masing-masing peserta. Kita menggunakan tiga poin utama dalam buku “Homecoming” yang dilaksanakan di Sekolah Rekonsiliasi.

Peserta menulis surat menggunakan tangan non-dominan dan tangan dominan sebagai sarana “in-depth healing” bagi peserta.

**Selain itu, peserta dari berbagai macam latar belakang usia, mulai dari usia 7 tahun hingga 83 tahun.**

Mereka semua diajak untuk kembali ke “inner child” masing-masing, untuk merasakan cara pandang baru tanpa terbebani ekspektasi orang-orang dewasa di sekitar.



Masing-masing peserta mengikuti kegiatan di tiga lokasi untuk terkoneksi dengan dirinya, yaitu:

## “Quiet Time – Inner Listening” di Jopuro Water Tourism



Jopuro memiliki keindahan alamnya berupa sungai kecil dan hamparan persawahan. Hal tersebut membuatnya sangat mendukung para peserta untuk mendengarkan lebih dalam diri mereka juga merasakan alam sekitar dengan lima panca indera. Peserta di ajak untuk berkontemplasi tentang suara-suara dalam diri mereka yang selama ini terpendam, lalu membagikannya pada lingkaran-lingkaran kecil.

## Menulis Surat dengan “Inner Child” dan “Inner Parent” di De Djawatan Forest



Anak kecil dalam diri seringkali dibungkam atau malah sebaliknya, terlalu dibiarkan untuk menonjol dalam diri peserta. Sesi ini mengajak peserta untuk mengenal sisi-sisi dari anak kecil dalam diri mereka dan juga mengaktifkan orang tua dalam diri mereka untuk mengasuh kembali dengan pertumbuhan diri yang lebih baik. Kedua sesi ini menggunakan media surat yang dimulai dengan menulis menggunakan tangan non-dominan (untuk sesi “Inner Child”) dan tangan dominan (untuk sesi “Inner Parent”). Masing-masing surat dibacakan secara lantang untuk diri sendiri, yang kemudian dibagikan secara berpasang-pasangan. Keindahan hutan trembesi di Djawatan menambahkan kesyahduan sesi ini.

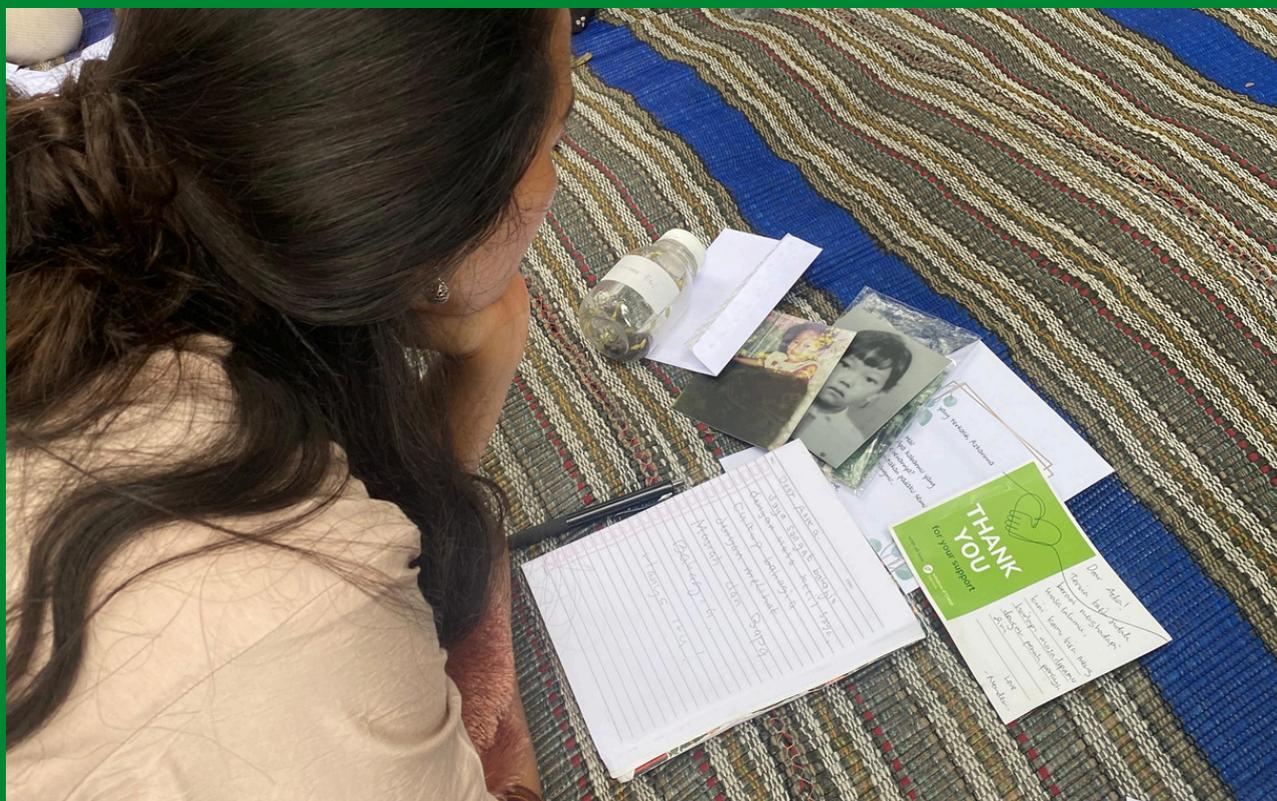
## Memperkuat “Inner Bonding” di Pulau Merah

Pulau Merah adalah destinasi terakhir dari perjalanan Bermain bersama “Inner Child”. Para peserta diajak untuk memperkuat koneksi antara “Inner Adult” yang baru dengan “Inner Child” lewat eksplorasi alam, permainan di pasir, juga bercengkrama bersama di Pulau Merah. Sesi “Inner Bonding” ini sangat penting bagi peserta untuk memahami bahwa anak kecil dalam diri mereka juga diri mereka yang dewasa tetap memerlukan keseimbangan dan keterikatan yang sehat, sehingga mereka dapat menjalani dan melewati kehidupan dan berbagai rintangannya dengan orang dewasa yang penuh kasih dan cinta.



Sesi “Bermain bersama Inner Child” kemudian ditutup dengan rasa terima kasih oleh salah satu orang tua peserta yang juga turut serta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Beliau mengungkapkan rasa syukurnya kepada IofC Indonesia karena menjadi ruang aman bagi anaknya yang telah melalui berbagai kesulitan dalam hidupnya untuk tumbuh dan memahami luka-lukanya.

Beliau juga menyampaikan penyesalan dan rasa maaf kepada anaknya karena selaku orang tua telah meninggalkan luka bagi anaknya. Ungkapan ini merupakan titik rekonsiliasi bagi keduanya untuk saling memahami dan memaafkan.



“Di Jopuro, kami diajak untuk mengaktifkan semua indera kami. Menyentuh dan memeluk pohon, mendengarkan suara alam. Menyentuh dan mencium air, menyentuh tanah, bebatuan, semuanya diresapi dan rasanya semua seperti merasuk kedalam diri.

Seketika diri kecil ini muncul, memperkenalkan banyak hal, mengingatkan kembali wisdom-wisdom yang pernah mereka miliki untuk diingat lagi oleh diri dewasa ini. Betapa powerful nya sesi walking meditation itu. Dimana kami menyentuh yang tidak hanya menyentuh, sinar matahari yang benar-benar kami rasakan dan kami syukuri keberadaannya. Mengalirkan diri pada air yang menimangku dengan ketenangan. Hampir aku lupa bahwa aku sedang ada di bumi. Sejenak aku merasakan ketenangan di mata air itu. Kemudian batu-batu itu menyadarkanku untuk tetap berpijak, ia memberiku pesan untuk tetap grounding.



Terakhir aku berjalan menyusuri sawah dan tak sengaja tanaman padi memberikanku pesan untuk tak lupa bersyukur atas apa yang dimiliki. Berjalan-jalan di alam pada pagi itu memberikanku inspirasi yang sangat berarti. Ada koneksi yang sangat dalam jika kita mau sering-sering mengunjunginya. Rasa takut akan hal-hal yang belum pernah kita ketahui, adalah hal yang wajar, jangan sampai rasa takut itu menghalangi kita. Itulah hal-hal yang alam coba sampaikan kepadaku dan mungkin untuk kita semua.

Perjalanan ke Banyuwangi adalah perjalanan mengenal diri, terkoneksi dengan diri, memberikan validasi pada diri, juga sebagai hadiah untuk inner child yang mau sama-sama berjuang melewati gelapnya luka. Luka-luka yang pada saat bersamaan adalah juga harta karun yang kita temukan untuk menjawab teka-teki hidup.

Merayakan 2 tahun bekerja keras di Sekolah Rekonsiliasi”

— Azka, Yoga Instructor and Soul Dancer.

# Cerita Perubahan

# Merayakan Setiap Helai: Kisah Mengenal Diri Melampaui Identitas

by:  
Tri Yulianti Nepa Fay



*Scan this QR code  
to access the website*

Semua manusia hidup dengan label yang ada pada dirinya. Namun apakah 1 (satu) label saja sudah cukup memperkenalkan diri manusia tersebut? Mari kita coba dengan perkenalan diri.



**Hi... Perkenalkan, saya Tri, seorang perempuan Timor dari Nusa Tenggara Timur (NTT) yang tertarik pada isu pendidikan.**

Apakah penyebutan identitas di atas sudah menggambarkan siapa saya secara utuh? Saya pikir, tidak. Saya lebih dari sekadar identitas tersebut, bahkan saya melebihi kemampuan saya. Sekejap saya mengingat ucapan Dumbledore dalam Harry Potter and the Chamber of Secrets, "It is our choices, Harry, that show what we truly are, far more than our abilities."

Mengenal diri adalah sebuah perjalanan panjang. Menelusuri satu per satu lorong waktu untuk menggabungkan setiap puzzle cerita yang tercecer. Menguras energi hingga berulang kali bertengkar dengan diri sendiri karena tak mampu memeluk setiap rasa yang hadir. Alhasil, menghindari konflik menjadi salah satu pilihan jalan ninja.

Mengenal diri adalah proses seumur hidup. Begitu yang kerap kali diucapkan orang-orang. Saya pun setuju dengan hal itu karena manusia terbentuk dan hidup dalam label-label eksternal. Manusia butuh waktu untuk mengenal diri dengan mengupas satu per satu helai label hingga menemukan inti dirinya.





2019 adalah momen awal saya mengambil keputusan untuk memulai perjalanan menemukan inti diri dengan melibatkan diri dalam Sekolah Rekonsiliasi IofC Indonesia. Sekolah Rekonsiliasi IofC Indonesia merupakan wadah untuk mengenal diri, bertumbuh, dan berkembang sesuai pengenalan diri. Saat itu saya telah menyelesaikan pendidikan Sarjana Teologi dan sedang mengabdikan diri pada sebuah Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) di Kabupaten Kupang, NTT.

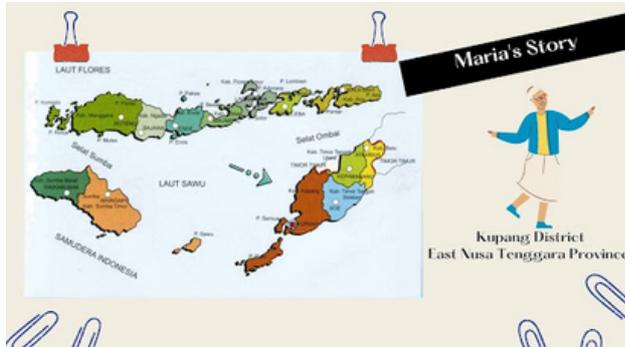
Melalui Sekolah Rekonsiliasi, saya belajar untuk mengupas helai demi helai lapisan diri saya. Mempertanyakan tentang semua pola yang saya lakukan dalam relasi dengan orang lain baik keluarga, teman, maupun kenalan lainnya. Saya memiliki banyak ruang dengan input yang reflektif sehingga saya dapat belajar untuk lebih memurnikan motivasi untuk setiap mimpi dan tujuan.

Setelah mengikuti kelas selama 4 (empat) tahun, saya mengenal diri saya sebagai seorang perempuan yang hadir di dunia dengan mimpi besar. Mimpi yang besar ini hadir melalui keresahan saya setiap kali melihat sekolah-sekolah di desa yang sangat terbatas dalam sumber daya manusia dan sumber daya infrastruktur. Terlintas pertanyaan dalam pikiran saya, “Bagaimana memanusikan manusia-manusia yang semakin hari semakin bertambah di tanah ini?”

Saat itu, saya menemukan jalannya. Saya mengambil arah jalan yang berbatu dan berliku-liku. Mengambil arah fokus peran yang boleh dikata oleh khalayak ramai bahwa tidak linear dengan latar belakang pendidikan saya. Tapi bagi saya, bukankah teologi lebih luas daripada yang didefinisikan oleh orang-orang?

Sesaat saya tersenyum, teringat akan seorang filsuf Perancis, Rene Descartes (1637) yang melakukan eksperimen berpikir di mana ia meragukan semua hal (radical doubt), termasuk perihal eksistensi manusia. Descartes kemudian menyimpulkan, “Cogito, ergo sum,” atau “Aku berpikir (meragukan), maka aku ada”. Saya menyimpulkan dengan cara sederhana tentang pemikiran ini, bahwa perjalanan saya untuk menemukan inti diri adalah bagian dari saya meragukan keberadaan diri saya sendiri. Karena saya sadar bahwa saya melebihi dari setiap identitas dan peran yang biasa saya katakan.

Pada 2022, saya akhirnya mantap mengambil arah sebagai penggiat pendidikan, terutama untuk memajukan pendidikan di NTT. Tentu, perjalanan ini tidak tanpa hambatan. Masih ada guyonan seperti “Halo, Ibu Pendeta,” atau “Kapan kembali jadi Pendeta?” yang sering kali menyiratkan bahwa pilihan saya dianggap menyimpang. Saya tersenyum untuk semua guyonan itu. Di waktu yang sama saya sampaikan kepada mereka cerita tentang Maria di Kabupaten Kupang dan masih banyak lagi Maria di tempat-tempat lain di Indonesia.



### Who is Maria?

- **ECE Teacher in Mawar ECE Center**  
Every day she spends 4 hours in ECE to provide lessons and prepare lessons for children.
- **She only graduated from high school**  
Difficult to create creative activity for children, she also does not have access to capacity building training.
- **She has big spirit to teach children**  
All limitations did not dampen her passion for teaching. Teaching children is an opportunity to contribute to this country.

**Today News**

**We have a lot of people like Maria in Kupang District.**

### HOW DO WE SOLVE MARIA'S PROBLEMS?

CAPACITY BUILDING PROJECT FOR EARLY CHILDHOOD TEACHERS IN KUPANG DISTRICT, EAST NUSA TENGGARA PROVINCE

### Why is this project important to do?

<p><b>Lack of education background</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 56.3% of the teachers have a high school educational background while 42.5% are teachers who have an undergraduate education background.</li> <li>• Never gain in capacity building in teaching children.</li> </ul>	<p><b>Results-based games are still quite high in ECE learning process</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 45.5% of teachers who let the children choose their own games but 31.7% of teachers still set an example for the children.</li> <li>• Lack of teachers ability to assess children needs.</li> </ul>	<p><b>Big spirit of ECE teachers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 55.1% of teachers have a salary of around IDR 100,000- IDR 500,000 per month.</li> <li>• 37.1% of teachers who say that their income "does not affect" their teaching creativity even 12% of teachers say "very unaffected".</li> </ul>
--	---	---

"Teachers have an important role to optimize children's intelligence. The methods used by teachers to prepare classes and do activities will affect children's interest in carrying out activities in ECE."

SETIAWAN (2017)

"Teacher's ability to perform each of these tasks is strongly influenced by the teacher's educational background. Teachers who have adequate educational qualifications will produce a more conducive learning process."

BLOOMBERG (1973, AS CITED IN SETIAWAN, 2017)

(Survei pada 168 PAUD di Kabupaten Kupang (2021) kemudian mendorong saya untuk mengajak teman-teman penggiat pendidikan untuk bersama terlibat dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh Maria)

Dari survei yang saya lakukan kepada 167 guru PAUD di Kabupaten Kupang pada 2021, saya menemukan berbagai masalah mendasar yang dialami guru-guru PAUD, mulai dari kekurangan fasilitas hingga minimnya pelatihan peningkatan kapasitas guru. Temuan ini mendorong saya untuk mengajak teman-teman saya untuk mengadakan pelatihan dan pendampingan bagi guru-guru PAUD di desa-desa terpencil. Kami berharap, pelatihan ini menjadi secercah harapan menuju pendidikan yang lebih baik di NTT.

Sekolah Rekonsiliasi IofC adalah tempat bertumbuh saya. Belajar untuk memeluk rasa dan tidak mengabaikannya. Merayakan semua rasa yang hadir sebagai bagian dari diri sendiri. Sama seperti Riley dalam film "Inside Out" yang belajar bahwa semua emosi berharga, saya kini memahami bahwa setiap pengalaman, peran, dan kenangan adalah bagian dari diri saya yang unik. Semua ini memberi saya kebebasan untuk melihat diri saya melampaui satu label atau peran sempit, dan memberi ruang bagi diri saya serta orang lain di sekitar untuk tumbuh dengan memeluk semua rasa yang hadir.

Pada akhirnya, saya sadar bahwa hidup ini tentang merayakan seluruh pengalaman yang diberikan Sang Pencipta. Saya, Tri, perempuan Timor, lebih dari sekadar label yang orang lihat. Pemahaman baru tentang diri saya adalah kumpulan identitas, peran, proses, dan pengalaman yang memerdekakan saya dari 1 (satu) identitas sempit.

# Refleksi



# lofC Indonesia: “Support System” Terbesar Saya

by:  
Dessy Jamilee

Scan this QR code  
to access the website



lofC Indonesia merupakan “support system” terbesar dalam hidup saya. Saya mulai mengenal lofC sejak program AFL dimana teman-teman dari lofC Internasional datang ke Indonesia dan berkeliling kampus untuk menyampaikan nilai-nilai kedamaian. Saat itu saya tinggal di Jakarta sebagai mahasiswa, yang juga aktif dengan kegiatan kemanusiaan dan Pembangunan karakter. Saya sangat tertarik untuk mengikuti kegiatan tersebut karena nilai-nilai perdamaian yang disebarkan, terutama tentang perubahan terhadap diri sendiri.

Pada tahun 2011, untuk pertama kalinya saya mengikuti program lofC secara resmi melalui Youth Camp Garut yang saat itu diadakan dengan metode homestay. Ini merupakan hal baru dalam perjalanan spiritual hidup saya. Sejak itulah saya mulai aktif mengikuti berbagai kegiatan lofC di Indonesia. Saya berpartisipasi lofC sejak saja sebelum menikah hingga sekarang saya memiliki dua anak.

Nilai-nilai lofC sangat mempengaruhi pemikiran dan prinsip hidup saya. Saya merasakan banyak sekali transformasi diri. Dari yang dahulu sangat egois dan keras kepala hingga sekarang menjadi lebih bisa mendengarkan pendapat orang lain dan segala aspek cerita di belakang perilaku mereka. Nilai-nilai lofC mampu menguatkan diri saya dalam menghadapi problematika hidup yang kompleks. Tanpa lofC, mungkin hidup saya sudah hancur sejak dulu, menjadi pecandu alkohol atau terjebak narkoba, mungkin juga saja sudah menjadi pemarah yang merusak diri sendiri dengan berbagai cara. lofC menyelamatkan hidup saya dari kehancuran.

Metode “Quiet Time” & “companionship” di lofC benar-benar membuat saya hidup lagi dan perlahan mampu kembali ke jalan yang benar. Hal itu yang membuat saya berkomitmen untuk terus bersama lofC. Mungkin ada banyak “support system” di luar sana, lofC hanya salah satunya, tapi saya sudah memilih dan memulai pertumbuhan saya bersama lofC dan saya ingin menuntaskannya bersama lofC. Insya Allah.

Tantangan untuk terus belajar dan berkomitmen bersama lofC hingga sekarang tentu saja banyak. Saya mengalami pasang surut dan banyak kendala untuk tetap bisa bersama lofC. Awalnya, saya sangat sedih ketika harus pulang kampung kembali ke desa saya di Riau, salah satu provinsi di pulau Sumatra. Sangat berat bagi saya meninggalkan Jakarta dan tentunya akan jauh dari “learning circle” di lofC yang sudah saya anggap seperti keluarga.





Saat itu, saya sangat ketakutan, apakah saya mampu menjalani kehidupan saya jauh dari lofC? Setelah menikah saya sempat mengikuti program lofC Indonesia seperti APYC Bandung 2016 dan LMC Bogor 2017. Saya lalu hamil anak kedua dan situasi menjadi lebih kompleks dari sebelumnya. Saya terpaksa harus menunda untuk ikut berpartisipasi di berbagai acara lofC. Selama beberapa tahun saya hidup tanpa “support system”, saya berusaha sebisa mungkin menguatkan diri saya sendiri dengan metode-metode yang sudah diajarkan di lofC terutama “Quiet Time” dan menulis surat.

Alhamdulillah, setelah beberapa waktu berlalu, terjadinya Covid-19 memberikan banyak kesempatan diadakannya training secara daring. Tentu saja, saya mengambil kesempatan ini dengan baik, saya sangat senang bisa terkoneksi kembali dengan IOFC secara virtual. Saya bisa kembali belajar dan menjadikan lofC sebagai “support system” dalam hidup saya. Saat itu, saya mulai mengikuti program “School of Reconciliation” (SR) yang masih berlanjut sampai sekarang. Saya sempat mengikuti kegiatan konferensi internasional AKASHA di Malaysia pada tahun 2023 dan saya berencana untuk mengikutinya lagi di tahun 2025.

Saya sudah menyelesaikan buku ke-4 saya di SR:

1. Learning to Love Yourself
2. On the Family
3. Homecoming
4. Inner Bonding

**Pada tahun 2025, saya berencana untuk melanjutkan kelas di SR dalam buku Road Less Travelled. Bagi saya, SR adalah jalan kebenaran yang merubah saya menjadi manusia yang sesungguhnya. Tanpa SR saya tidak akan menjadi saya seperti saat ini.**

Banyak kesempatan terlewatkan yang tidak bisa saya ikuti dalam kegiatan lofC baik nasional maupun internasional. Saya sangat menyesalinya apapun halangannya, tapi saya juga bersyukur atas cara Tuhan membuka jalan untuk kembali bersama “learning circle” lofC. Alhamdulillah.

**Bersama lofC, saya yang dulu sangat membenci Tuhan perlahan mulai kembali mempercayainya dengan akal dan hati saya serta tindakan nyata. Bersama lofC, saya bisa mempertahankan rumah tangga saya dan terus bersama suami dan anak-anak saya, meskipun banyak sekali hal menyakitkan yang membuat saya harus menangis setiap malam saat menghadapinya.**

Bersama lofC, saya berhasil melewati berbagai macam tantangan hidup baik dalam pekerjaan, sosial, hobi, olahraga Voli, dan hubungan. Bersama lofC, saya merasakan banyak cinta yang belum pernah saya kenal sebelumnya dan bahkan menguatkan diri serta membagikan cinta itu di sekitar saya. Alhamdulillah tsumma alhamdulillah. Terimakasih banyak lofC.

# Menemukan Jawaban dalam Hening

oleh:

Dini Fauziah Zahro

*Scan this QR code  
to access the website*

Saya pertama kali mengenal “quiet time” adalah saat mengikuti “Training of Trainer Trust Building Program” 2023 silam. Saat pertama kali melakukannya, semua emosi yang tertimbun tiba-tiba keluar dengan rapi. Mulai dari kenapa saya bisa merasakan emosinya, hal apa yang membuat saya merasakan emosi itu, satu persatu benang kusut mulai terurai. Rasanya lega, tapi juga melelahkan karena butuh energi yang besar untuk mengeluarkan emosi-emosi yang telah lama terpendam.



Saya merasa jauh lebih lega dan dapat berpikir lebih jernih setelah melakukan quiet time karena hal-hal yang rumit bisa diproses satu per satu. Setelah melakukan “quiet time” di ToT, saya mulai mencoba rutin mempraktekkan “quiet time” sebelum memulai kegiatan.

Entah kenapa dan entah bagaimana, quiet time seringkali mirip dengan situasi yang sedang saya rasakan. Seperti ketika saya merasa “overworked”, “quiet time” hari itu tentang beristirahat. Rasanya saya seperti diingatkan untuk menjaga diri saya kembali, menyayangi diri saya kembali, dan berjalan dengan pelan, tanpa terburu-buru.

Pernah juga, saat itu saya sedang merasa kalut, karena seseorang yang katanya tertarik dengan saya tiba-tiba menghilang tidak membalas pesan saya. Selama satu minggu saya kalut tak beralasan, memikirkan banyak kemungkinan, perasaan tidak rela, dan penasaran yang berkepanjangan.

## Kenapa?

**Apa yang salah dengan diri saya?**

**Apa saya melakukan kesalahan sehingga dia tiba-tiba berhenti menghubungi saya?**





Sampai di suatu pagi saya membaca “quiet time” tentang melepaskan, dan memutuskan untuk mengambil satu langkah ke belakang untuk melihat situasi secara perlahan dan lebih jelas.

Saya berpikir, jika memang dia memilih untuk menghilang, itu keputusan dirinya dan apapun alasannya, dia berhak untuk melakukannya. Tapi, saya juga akan lebih fokus pada diri saya dibanding memikirkan apapun alasan dia memilih untuk berhenti menghubungi saya.

Ah, ternyata saya hanya dijadikan pelarian. Marah? Jelas. Awalnya saya ‘membalas dendam’ dengan memposting di media sosial bahwa saya baik-baik saja, saya tidak terpengaruh atas apa yang terjadi, saya ingin pamer bahwa dia bukan apa-apa di hidup saya. Namun, ketika melihat dia memposting dengan perempuan barunya, saya tetap marah.

Akhirnya saya memutuskan untuk membaca “quiet time” lagi, saya lupa detailnya seperti apa, tapi saya jadi sadar bahwa saya memiliki nilai diri saya tersendiri, dan saya memiliki kuasa atas hidup saya sendiri, dan akhirnya saya memilih untuk memblokir dia dari seluruh media sosial dan menghapus nomornya.

**Apa manfaatnya tetap  
berkoneksi dengan dirinya  
jika saya hanya merasakan  
marah?**

**Dengan memutus hubungan  
dengannya setidaknya saya  
menemukan tenang dalam  
diri saya sendiri.**

“Quiet time” sangat membantu saya untuk berproses. Baik itu untuk hal-hal besar ataupun sebagai pengingat agar saya tidak terlalu jauh. Terkadang, saya juga membagikan quiet time ke teman-teman saya agar mereka juga bisa ‘diingatkan’.

Tak jarang, kita perlu mendengar sesuatu dari seseorang untuk membuat diri kita merasa lebih baik, dan “quiet time” sering melakukannya. Hal yang saya rasakan setelah “quiet time” adalah saya bisa menjadi lebih tenang ketika sedang “overwhelmed” atau ketika sedang kalut. Dengan memberi waktu hening untuk diri sendiri, saya bisa berpikir lebih jernih dan bisa memutuskan sesuatu dengan lebih tenang tanpa tergesa-gesa.

Berproses memang bukan hal yang mudah, dan memerlukan waktu dan tenaga yang besar. Setidaknya, dengan memberi waktu hening selama 5 menit setiap harinya dapat mempermudah diri kita untuk memproses emosi dan perasaan yang ada, mengolahnya dan menyalurkannya dengan cara yang baik.



# Catatan Tengah

# Hano Wene: Menyebarkan Kabar Baik Literasi Untuk Pedalaman Papua

oleh:  
Neas Wanimbo

*Scan this QR code  
to access the website*



Seperti cahaya, Hano Wene lahir memberi harapan perbaikan literasi di tanah Papua. Hano Wene, yang berarti "kabar baik" dalam bahasa lokal Tangma Papua, adalah gerakan yang diinisiasi oleh anak-anak muda peduli pendidikan untuk membangun perpustakaan dan taman baca di desa-desa terpencil di pedalaman Papua.

Neas Wanimbo, pendiri Hano Wene, terinspirasi oleh pengalamannya sendiri tumbuh di pedalaman Papua. Ia mengingat betapa sulitnya akses terhadap buku dan pendidikan berkualitas. "Kami yakin, hanya melalui pendidikan yang bisa mengubah cara berpikir, mengubah pola hidup," ujar Neas.

Neas juga memberanikan diri menjadi pemimpin semenjak Neas gelisah pada kondisi di sekitar. Bagi Neas, memimpin sebuah inisiatif tidaklah mudah, "Saya tidak sempurna, saya tidak jujur, saya terlalu ber egois dan saya tidak cinta sesama manusia. Banyak tantangan yang saya hadapi, tetapi 4 nilai standar dari IofC membantu saya di setiap kebijakan yang saya ambil di organisasi," kata Neas. Neas juga membawa praktik Quiet time di organisasi yang ia pimpin ini, "Quiet time dan sharing adalah salah satu rutinitas kami tiga kali seminggu," katanya

Sejak berdiri pada tahun 2017, Hano Wene telah menjangkau berbagai wilayah di Provinsi Papua, Papua Barat, dan Maluku. Mereka telah mendirikan 11 taman baca dan bekerja sama dengan masyarakat lokal. Dampak positif mulai terlihat, dengan peningkatan minat baca sebesar 20% pada anak-anak di Kampung Tangma, Kabupaten Yahukimo, serta pengurangan angka buta huruf hingga 65%.

Namun, perjalanan Hano Wene tidak selalu mulus. Tantangan geografis dan akses transportasi menjadi kendala utama dalam distribusi buku. "Kadang, tempat yang mau kita bantu itu sangat jauh sekali. Jadi harus kita bawa jalan kaki buku-buku tersebut," papar Neas. Rommy Dumbery, aktivis Hano Wene, menambahkan bahwa untuk mencapai beberapa lokasi, mereka harus menempuh perjalanan laut selama 36 jam, dilanjutkan dengan perjalanan darat yang menantang. "Kadang jalanan penuh lumpur, beresiko longsor, cuaca sulit diprediksi, belum lagi biaya transportasi yang mahal," Neas menambahkan.





Selain itu, Hano Wene juga menghadapi tantangan dalam hal kualitas dan kontekstualisasi buku. Banyak buku donasi yang diterima dalam kondisi rusak atau kurang relevan dengan konteks lokal Papua. Keterbatasan sumber daya manusia dan pendanaan juga menjadi hambatan yang harus diatasi.

Meski demikian, semangat para relawan Hano Wene tidak pernah padam. Mereka terus menyalakan semangat kolaborasi. Mereka berupaya melibatkan berbagai pemangku kepentingan, mulai dari kepala suku, tokoh agama, pemuda, hingga aparat keamanan, untuk memastikan keberlangsungan program mereka.

**Hano Wene tidak hanya fokus pada penyediaan buku, tetapi juga mendukung guru-guru sukarela yang mengabdikan diri di pedalaman. Mereka telah membantu lima orang guru dan memberikan bantuan berupa alat tulis dan pakaian layak pakai kepada lebih dari 500 anak di kampung-kampung terpencil.**

Ke depan, Hano Wene berharap dapat memperluas jejaring dan berkolaborasi dengan berbagai sektor, baik LSM, pemerintah, maupun swasta, untuk mengembangkan infrastruktur pendidikan yang lebih baik di pedalaman Papua. "Kita punya sumber daya manusia masih sangat tertinggal jauh, dan program-program seperti ini yang sangat dibutuhkan saat ini di Papua," tegas Neas.

**Melalui Hano Wene, Neas dan rekan-rekannya tidak hanya membawa buku, tetapi juga membawa harapan dan kesempatan bagi anak-anak Papua untuk melihat dunia lebih luas melalui jendela literasi.**

Mereka percaya bahwa dengan meningkatkan minat baca dan akses terhadap pendidikan, generasi muda Papua akan memiliki kesempatan yang lebih baik untuk membangun masa depan mereka dan daerahnya. Semoga kabar baik terus menghampiri Hano Wene dan teman-teman di Papua.



# Surat dari Tetangga Kita

# Hidup Tertutup Rapat: Hidup Hanya Demi Eksistensi

oleh:  
Nandor Lim  
(CEO of AKASHA Malaysia)

*Scan this QR code  
to access the website*

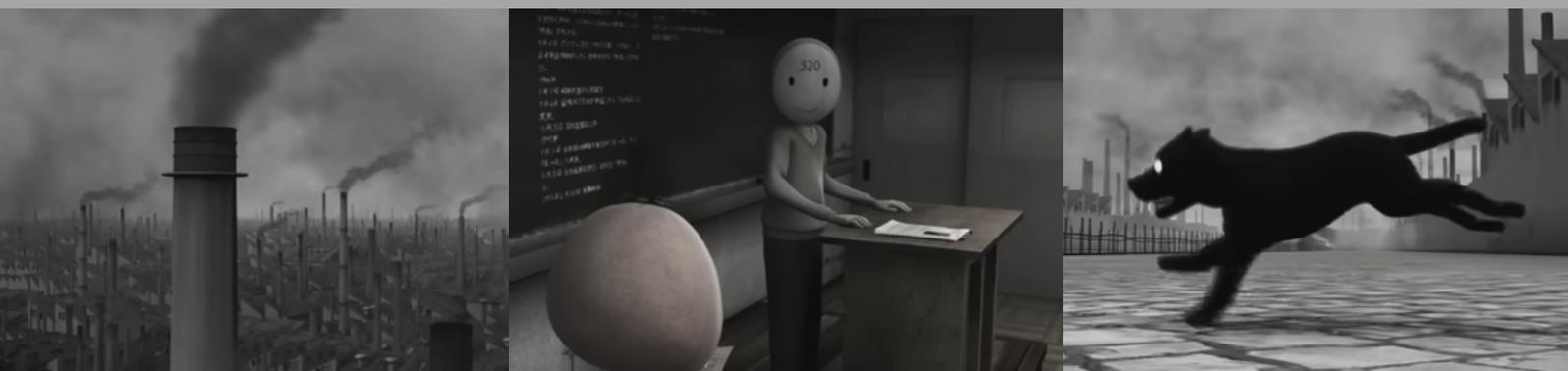
Ada sebuah film pendek darin yang menarik, sebuah karya konseptual oleh sutradara Takuya Okada yang dirilis pada tahun 2011. Film tersebut menceritakan kisah "sebuah kota yang dipenuhi dengan pabrik-pabrik dan cerobong asap menjulang tinggi, di mana udara yang kelim mencekik dan meredupkan wajah para pemuda. Setiap anak diberi nomor dan dikirim ke pabrik bernama 'sekolah' dalam upaya untuk menciptakan produk yang patuh dan seragam—anak-anak yang baik dan penurut."



Terdapat komentar menarik dari pengguna Blackstreet.D.sTrEEt,

“Film pendek 'CHILDREN' menggunakan simbolisme, sugesti, dan metafora untuk menggambarkan perkembangan pendidikan anak-anak yang terdistorsi dalam masyarakat industri. Sutradara membongkar nilai kesetaraan, kebebasan, dan keadilan yang menjadi topeng untuk pendidikan yang dangkal. Mulut ber-ritsleting melambangkan tidak adanya suara dan ekspresi anak-anak. Pendidikan yang mengutamakan replikasi dan asimilasi mencabut rasa individualitas mereka. Pada akhirnya, anak-anak memilih kekerasan untuk membebaskan diri dari batasan sistem pendidikan. Seorang anak mengorbankan hidupnya untuk menyelamatkan seekor anjing—simbol untuk kekuatan hidup—dan tertawa pada momen terakhirnya, karena ia akhirnya meraih kebebasan dan melepaskan sifat aslinya, tidak lagi terikat oleh ritsleting.”

Bagi yang tertarik, film ini dapat ditonton di YouTube (<http://www.youtube.com/watch?v=BE4oz2u6OHY>).





Bukankah persepsi kehidupan ini mirip dengan kehidupan kita sendiri? Apakah ada nilai dari kehidupan yang dijalani hanya demi hidup itu sendiri? Jika tidak ada, bagi banyak orang, kesimpulan semacam itu akan terdengar keras—terutama bagi mereka yang telah menghabiskan seluruh hidupnya bekerja keras demi kebutuhan hidup. Namun, tidak demikian; bahkan hidup yang dijalani hanya untuk bertahan hidup tetap memiliki nilai.

Hidup yang didedikasikan untuk benar-benar hidup pada akhirnya akan selaras dengan kesadaran Konfusius tentang kehidupan yang mencapai “tanpa keraguan, memahami takdir Surga, dan mencapai tahap di mana seseorang bisa menerimanya.” Pembelajar kehidupan menjalani setiap kejadian tanpa mengejar dengan paksa atau melawan secara berlebihan, tanpa keberpihakan atau bias, tanpa menjauh atau mendekat, dan mengikuti jalan kebenaran. Kebenaran adalah prinsip dan standar untuk bertindak.

Konfusius berkata:

“Seorang Pria  
tidak memiliki bias;  
ia hanya menjalin  
hubungan dengan  
apa yang benar.”

— The Analects, Li Ren)

Esensi "memahami kehidupan" mungkin ditemukan di sini. Meski mungkin ada standar yang berlaku untuk semua orang, kepatuhan sempurna terhadapnya mustahil. Oleh karena itu, masuk akal bagi setiap orang untuk memiliki prinsip masing-masing yang selaras dengan kehidupannya.

**Bagi saya, memahami kehidupan adalah perjalanan belajar untuk berserah dan merendahkan diri kepada takdir yang ada di baliknya. Standar tertinggi dari kebenaran mungkin tidak akan bisa dicapai dalam kehidupan seseorang, tetapi itu tidak menghilangkan maknanya.**

***Lalu, mengapa menyajikan standar kebenaran yang mungkin tidak akan pernah sepenuhnya kita raih?***

Ini seperti Bintang Utara di langit; kita mungkin tidak pernah mencapainya dalam hidup kita, tetapi ia berfungsi sebagai pedoman yang sangat baik, sebuah mercusuar bagi pelaut yang tersesat.



Ketika kita terombang-ambing di lautan kehidupan yang luas, adakah tangan yang stabil dan lembut yang memberi kita kehangatan dan dukungan yang tepat? Adakah bintang, seperti Bintang Utara di atas, yang membimbing agar kita tidak kehilangan diri kita sendiri?

Atau, pada akhirnya, apakah kita akan menyerupai anak-anak dalam film Takuya Okada, menyadari bahwa semuanya hanyalah pengulangan monoton sampai kita membebaskan diri dari penjara konformitas? Hanya dengan begitu kita dapat mengubah arah yang telah ditentukan oleh takdir. Meskipun biayanya adalah nyawa kita sendiri, ada tawa dalam memutuskan rantai tersebut.

# Kita belum pernah benar-benar memahami esensi kehidupan.

# Jika kita tidak hidup untuk kehidupan itu sendiri, kita kehilangan dorongan dan nilai untuk memahami kehidupan.

# Waktu Dhuha

# Belenggu Kebebasan Memilih Pasangan

oleh:  
Dhuha Hadiansyah

*Scan this QR code  
to access the website*



Di Indonesia Timur, praktik kawin paksa masih sering terjadi, terutama karena adanya tradisi uang panai yang tinggi, misalnya dalam masyarakat Bugis-Makassar. Uang panai, sebagai bentuk seserahan di luar mahar, menjadi tolak ukur kemampuan finansial pria untuk meminang calon istri. Besarnya jumlah yang diminta sering kali dianggap sebagai simbol status dan penghargaan terhadap keluarga mempelai perempuan.

Namun, tradisi ini kerap disalahgunakan sebagai alasan bagi orang tua untuk memaksa anak perempuan menikah dengan pria yang mampu membayar uang panai besar, meskipun tanpa persetujuan penuh dari pihak perempuan. Alhasil, banyak perempuan yang terjebak dalam pernikahan yang didasari oleh kepentingan ekonomi keluarga, bukan kehendak atau pilihan pribadi.

Kasus pernikahan dini atau pernikahan dengan perbedaan usia yang ekstrim sering kali diberitakan di media, menunjukkan maraknya fenomena ini. Beberapa kasus yang viral melibatkan seserahan fantastis, seperti uang panai senilai ratusan juta hingga miliaran rupiah, yang dianggap sebagai daya tarik utama bagi keluarga untuk menerima lamaran, meskipun calon mempelai perempuan masih sangat muda dan calon mempelai laki-laki sudah renta.

Iming-iming “uang panai” yang besar menciptakan tekanan bagi perempuan untuk menikah, dan sering kali mengabaikan hak mereka untuk memilih pasangan sesuai keinginan sendiri. Tradisi yang seharusnya menjadi penghormatan, kini lebih sering menjadi alat untuk mengekang kebebasan perempuan dalam memilih pasangan hidup.



Bagi kebanyakan perempuan, pria dengan kemampuan dan kompatibilitas memang jauh lebih menarik. Perempuan (meski tidak selalu) akan memilih pria yang bernilai; kebanyakan wanita menikah secara hipergami. Hipergami adalah istilah yang berasal dari bahasa Yunani hyper yang berarti 'di atas' dan gamos yang berarti 'pernikahan'.

Secara umum, hypergamy merujuk pada praktik atau kecenderungan seseorang, biasanya wanita, untuk mencari pasangan yang memiliki status ekonomi, intelektual, atau kekayaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan dirinya. Dalam konteks sosial dan antropologis, hipergami sering dikaitkan dengan strategi evolusi di mana individu memilih pasangan yang dapat memberikan keuntungan atau keamanan lebih besar, baik dalam hal sumber daya (ekonomi), status, atau perlindungan.

Menikahi pria hebat adalah validasi bagi sebagian perempuan—bisa dilihat dari fenomena groupies, baik di dunia hiburan maupun keagamaan (banyak juga jemaah perempuan yang rela dinikah siri atau bahkan selingkuh dengan tokoh agama idola). Sebagian perempuan tak akan peduli sejelek apa pun penampilan fisik seorang pria jika kita sudah memiliki status ekonomi papan atas, misalnya. Dengan kesuksesan itu, semua keburukan bisa dimaklumi dan kesalahan terampuni.

Fenomena hipergami tentu adalah pilihan personal dari perempuan. Akan tetapi, apabila jika hipergami dijadikan alat untuk memaksa perempuan menikah, persoalan menjadi lain. Dalam beberapa kasus, hipergami juga menjadi alasan pernikahan dini. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019, pernikahan dini terjadi jika dilakukan oleh calon suami atau istri di bawah usia 19 tahun



# Pernikahan Paksa Tidak untuk Kebahagiaan Anak



Keinginan sebagian orang tua untuk menjodohkan anak dengan calon pasangan yang mereka kehendaki terjadi pada hampir semua budaya, tidak hanya di wilayah Indonesia bagian timur. Alasannya pun cukup seragam, tetapi biasanya dikatakan demi kebahagiaan anak itu sendiri.

Menjodohkan di sini berarti mengatur pernikahan anak tanpa meminta persetujuan anak secara terus terang dan jujur, sehingga pernikahan tampak sebagai pemaksaan atau sesuatu yang tidak dapat dihindari dengan perasaan ikhlas.

Orang tua yang menjodoh-jodohkan anak selalu merasa lebih tahu dan pengalaman soal jodoh. Oleh karena itu, menolak upaya ini akan dianggap kedurhakaan.

Ada pertanyaan mendasar, yaitu apakah orang tua yang sibuk menjodohkan anaknya benar-benar untuk kebahagiaan sang anak atau mereka hanya ingin menumpang kebahagiaan dengan berbagai alasan: validasi sosial, motif ekonomi, dll?

Pastinya perjodohan tak selalu benar-benar untuk kepentingan anak, atau setidaknya untuk kepentingan anak versi orang tua. Dalam masyarakat kita, umpamanya, sistem pernikahan dan keluarga lebih sering diarahkan untuk memuaskan keinginan keluarga besar dan masyarakat ketimbang untuk pasangan yang menikah. Kehormatan keluarga sering dikedepankan daripada menghormati perasaan dan keputusan anak, apalagi anak perempuan.

Ungkapan yang sering kita dengar, "Menikah itu juga untuk keluarga". Kalimat yang tampak manis, tetapi bisa beracun. Oleh karena itu, perjodohan kerap dilakukan untuk mempertahankan prestise sosial, budaya dan agama di mata masyarakat. Demi kebutuhan ini, anak-anak diminta supaya patuh demi marwah keluarga. Lagipula, orang tua selalu mengajarkan balas budi, dan yang paling nyata adalah mentaati keinginan orang tua yang dianggap besar.

# Pahitnya Pernikahan Paksa



Pernikahan paksa rawan diwarnai kemesraan dan keharmonisan semu karena ada pihak yang menjalani pernikahan sebagai formalitas dan kewajiban semata, sama seperti yang Anda rasakan ketika harus bekerja di tempat yang Anda tidak suka. Pernikahan pasangan ini terasa kering dan akan mencari kompensasi kemesraan dengan anak. Atau, sebaliknya, dia akan membenci sang anak sebagai luapan kebencian terselubung kepada orang yang telah membuatnya hamil dan kehilangan masa depan.

Orang yang menjalani pernikahan karena harus memuaskan orang lain, baik orang tua atau suami, akan sengsara. Dia akan merasa dalam jebakan sehingga ekspresinya biasanya berupa pengabaian: terhadap psikologi anak, pasangan atau dirinya sendiri.

Seorang anak perempuan yang dijodohkan orang tuanya dengan pria karena alasan ekonomi biasanya ketika dirinya sendiri sudah mapan akan lebih mudah menggugat cerai. Akan tetapi, jika kesempatan itu tak ada, pernikahannya bisa saja tetap berjalan sampai akhir hayat; ini sangat banyak terjadi tetapi diwarnai perceraian emosional. Sementara itu, pria yang dijodohkan, lebih memiliki peluang untuk selingkuh atau menikah lagi dengan wanita pujaan hatinya jika memiliki kesempatan.

Orang yang dinikahkan paksa dan berhasil mempertahankan pernikahannya sampai tua juga rawan meneruskan tradisi ini ke anak-anak mereka, menjadi sebuah lingkaran tak berujung. Maya Angelou mengatakan, "When marriage becomes a duty rather than a decision, we strip away the essence of love."

Kawin paksa merampas hak individu untuk menentukan pilihan hidupnya sendiri, terutama dengan siapa dia ingin membangun mahligai pernikahan. Ketika seseorang dipaksa menikah, hak kebebasan paling fundamental telah diambil darinya. Kebebasan untuk memutuskan adalah hak paling dasar yang kita miliki. Ketika hak ini dirampas, sejatinya yang hilang adalah kedirian kita, tak seorang pun berhak melakukannya.

# Yang Baru dari IofC ID

Program Baru

- Teachers for Change

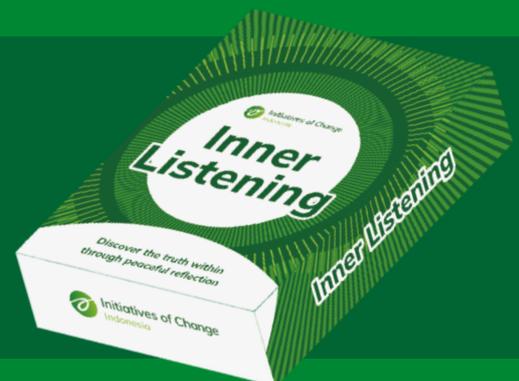


- SR International Class



Alat Baru

- INNER LISTENING Cards



# Program Mendatang

- CoP with HIA (Hidup Itu Anugerah)  
Januari - Mei, 2025
- Indonesia-Australia Collective:  
Exchange Program,  
Maret 2025
- National Gathering  
13-15 April 2025
- CoP with college  
students in Bandung  
April 2025
- CoP with MIPG Makassar  
April 2025
- The 2nd Learning Community  
International Life-work  
Conference, Malaysia  
29 Mei - 2 Juni 2025
- Outreach SR to Lampung  
Juni 2025
- Collaboration with JCI  
for Peace Project  
Juli 2025

- CoP in Jakarta  
Juli 2025
- CoP in Madura  
Agustus 2025
- Bandung Peace Week  
September 2025
- SR Class in Australia  
12 - 27 September 2025
- Exchange Program to Netherlands  
November 2025 (to be confirmed)
- Outreach SR  
Desember 2025
- Indonesia-Australia Collective:  
CoP Exchange Program  
Desember 2025 (to be confirmed)
- Indonesia-Australia Collective:  
International Conference, Bali,  
26 Februari - 2 Maret 2026

# Inner Listening



# 200,000 IDR

## Includes:

- 1 kartu pengenalan lofC
- 1 kartu tentang 4 Nilai lofC
- 2 kartu "Cara Bermain"
- 4 kartu standar moral lofC
- 20 kartu kutipan dari pemimpin lofC Internasional
- 20 kartu pertanyaan reflektif
- 20 kartu aksi

# FRIENDS for LIFE



# 165,000 IDR

Termasuk:

- 2 kartu pengantar
- 2 kartu "Cara Bermain"
- 50 kartu dengan berbagai topik dan 3 pertanyaan dinamis

**Edisi spesial dengan pouch tenun dari wilayah timur Indonesia.**

Bergabunglah dengan IofC Indonesia untuk menjangkau ratusan pemuda di daerah terpencil dan kota-kota di seluruh Indonesia dalam upaya menyembuhkan trauma lintas generasi dan membangun perdamaian.

Setiap donasi atau pembelian merchandise kami menciptakan dampak yang berkelanjutan dan perubahan positif. Jadilah bagian dari transformasi ini, karena dukungan Anda mendorong perbedaan yang bermakna dan berkelanjutan.



**Bank Mandiri**  
**1310033033111**

**(Yayasan Initiatives of Change Indonesia)**

Jl. A. H. Nasution No. 67,  
Cigending , Ujungberung, Jatihandap,  
Kec. Mandalajati, Kota Bandung,  
Jawa Barat 40611  
Swift Code: BMRIIDJA



Initiatives of Change  
Indonesia