

TZU-CHI *en español*



Alumnos del Aula de la Esperanza ponen en práctica su programa de reciclaje en Tijuana p.8

Novena Conferencia Internacional de la Juventud p.20

Tzu Chi Nueva York: Comidas que calientan el corazón p.30





Servicios Médicos Holísticos de Tzu Chi USA

Con la intención de tratar a los pacientes como si fueran familia, los tres Centros Médicos de Tzu Chi acreditados con el estatus de Centro de Salud Federalmente Calificado (FQHC por sus siglas en inglés), ofrecen servicios médicos profesionales a los afiliados de Medicare y Medicaid, así como a pacientes sin seguro médico en distintas especialidades a bajo costo o con descuento escalonado:



Medicina Occidental

Medicina interna, medicina familiar, salud de las mujeres, pediatría y exámenes físicos anuales.



Odontología

Exámenes orales, limpiezas, rellenos dentales, extracciones, higiene y salud bucal.



Atención Oftalmológica

Servicios de oftalmología y optometría, así como exámenes oftalmológicos integrales.



Medicina Tradicional China

Acupuntura, acupresión, vacuoterapia, masajes tui na, terapia herbal china, ejercicio terapéutico y consultas y orientación dietética.



Vacunación

Vacunas contra la influenza y COVID-19, y vacunas necesarias para inscripciones escolares.



Contacto de los Centros Médicos de Tzu Chi

Alhambra

1000 S. Garfield Ave.
Alhambra, CA 91801
Tel: +1 (626) 281-3383
tzuichimedical.us/
alhambra-center

S. El Monte

10414 Vacco St.
S. El Monte, CA 91733
Tel: +1 (626) 281-3383
tzuichimedical.us/
south-el-monte-center

Wilmington

1355 Broad Ave.
Wilmington, CA 90744
Tel: +1 (626) 281-3383
tzuichimedical.us/
wilmington-center

Para obtener más información, visite tzuichimedical.us/es

CONTENIDO

23° EDICIÓN | AGOSTO 2024

03 PALABRAS DE LA EDITORA

Por M. Carolina Saheli

PALABRAS DE LA MAESTRA

04 Siembra buenas semillas y cultiva campos de bendición

Enseñanzas de la Maestra del Dharma Cheng Yen

Traducido por Gabriela Barzallo

HISTORIA DESTACADA

30 Tzu Chi Nueva York: Comidas que calientan el corazón

Por Juan Bonilla

ENTREVISTA

42 Cuando la vocación te encuentra: Entrevista al Dr. Stephen Denq

Por Pheel Wang

Traducido por Juan Bonilla

RECETA DEL MOVIMIENTO VEGETARIANO

51 Refréscate con una deliciosa gelatina tropical a base de té!

Receta por Connor Hsu

52 Directorio



Alumnos del "Aula de la Esperanza", recolectan basura en Tijuana, México junto a sus padres y voluntarios de Tzu Chi. Foto/Christopher Yang

ORÍGENES

08 Alumnos del Aula de la Esperanza ponen en práctica su programa de reciclaje en Tijuana

Por María Pacheco

HISTORIA DESTACADA

20 Novena Conferencia Internacional de la Juventud: Empoderando a la próxima generación de líderes globales junto a Tzu Chi USA

Por Gabriela Barzallo

- Editorial: Debra Boudreaux
- Directora: Ting Fan
- Directora de Arte: Ling Soo
- Diseñador Principal: Tom Yang, Ruby Lau
- Editoras: Gabriela Guandique, M. Carolina Saheli
- Escritores: Gabriela Barzallo, Juan Manuel Bonilla, María Pacheco Valles
- Coordinadora de Producción: Gabriela Guandique



Agradecimientos especiales a los voluntarios que han contribuido desde distintos países. Lea esta edición en la web journal.tzuchi.us/es

- Portada: Alumnos del Aula de la Esperanza muestran el ejemplo en el evento de recolección de basura y reciclaje. Foto/Christopher Yang

Todos los derechos reservados ©2024 **Fundación Budista Tzu Chi**. Todas las fotos son propiedad de Tzu Chi a menos que se indique lo contrario. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma o ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, por fotocopia, o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la editorial. Todos los artículos contienen perspectivas de los autores que no necesariamente reflejan las opiniones de la Fundación Budista Tzu Chi.



Cuando lees las historias sobre las actividades de nuestros voluntarios en cada edición de nuestra revista Tzu Chi USA, ¿sientes inspiración y ganas de ser parte del cambio?

El voluntariado es el corazón de Tzu Chi en todo el mundo.

¡Te invitamos a participar!

El primer paso en tu viaje como voluntario es simplemente registrarte en: <https://tzuchi.us/es/voluntario> para que podamos combinar mejor tus campos de interés con las necesidades actuales de Tzu Chi en tu área.

¡Descubre la alegría de ser voluntario con nosotros!



Estimados amigos y voluntarios,

¡Bienvenidos a esta edición! A medida que continuamos en este año de crecimiento e impacto, estoy emocionada de compartir las increíbles historias y logros de nuestra fundación.

En esta edición, encontrarán historias sobre nuestros programas de comidas calientes para personas mayores, iniciativas de reciclaje en Tijuana, México, y la inspiradora conferencia internacional juvenil, que tiene como objetivo la participación inclusiva de jóvenes y la ONU para realizar proyectos medioambientales y de desarrollo sostenible.

Estamos particularmente emocionados de destacar una entrevista exclusiva con el Dr. Stephen Denq, quien ha marcado una diferencia significativa en la vida de sus pacientes. Sus contribuciones han sido fundamentales en nuestra misión médica, y estamos profundamente agradecidos.

Como la Maestra nos enseña, “Hay que sembrar buenas semillas para cultivar campos de bendición”. Nuestra misión de seguir ayudando a aquellos en gran necesidad con amor y compasión continúa impulsándonos hacia adelante, y nada de esto sería posible sin su apoyo inquebrantable. Juntos, podemos sembrar buenas semillas y cosechar frutos de bendición para tener un impacto positivo y global.

Gracias por ser parte de nuestro viaje. 🌱

M. Carolina Saheli

Siembra buenas semillas y cultiva campos de bendición

Enseñanzas de la Maestra del Dharma Cheng Yen
Traducido y adaptado al español por Gabriela Barzallo
Editado por Gaby Guandique

Nuestra vida actual es el resultado de causas pasadas. En esta vida, tenemos afinidades unos con otros gracias a Tzu Chi. Compartimos la misma resolución y nos reunimos en un mismo lugar. Estas “condiciones” nos unen. Todos ustedes han estado haciendo el trabajo de Tzu Chi, y yo también. Si no hubiera sido por esto, no habría podido conocerlos a todos, ya que todos ustedes llegaron gracias a Tzu Chi.

Esto puede parecer simple, pero las condiciones tienen una profunda trascendencia. Debe haber un pasado para que exista el presente, y el presente prepara el camino para el futuro. Cuando tenía 29 años, comencé Tzu Chi pidiendo a la gente que ahorrara cincuenta centavos taiwaneses al día. Ahora, Tzu Chi ha estado establecida por casi sesenta años.

Mirando a la comunidad internacional, cada vez que oigo hablar de un desastre en algún lugar, mi corazón siempre se preocupa por ustedes: ¿Están a salvo? Luego, los Bodhisattvas se preparan para actuar y evaluar la situación. ¿Cómo podemos brindar asistencia y aliviar el sufrimiento? ¿Será un esfuerzo de emergencia o requerirá cuidado a mediano plazo? ¿O se necesitará asistencia a largo plazo para ayudar a las víctimas del desastre a establecerse? Esto es lo que Tzu Chi ha hecho hasta hoy.

Ustedes me han protegido con diligencia hasta hoy y nunca han contemplado dejar de hacerlo. Yo tampoco podré dejar mis responsabilidades, no solo en esta vida, sino también en vidas futuras. Siempre estoy preparando maneras de asumir responsabilidades en la próxima vida.

La esencia de Tzu Chi reside en asumir la responsabilidad con entrega total. Los voluntarios de Tzu Chi en cada país no se limitan a realizar buenas acciones. Yo digo: “Quiero llevar a cabo el trabajo de Tzu Chi hasta mi último aliento”. Espero que todos los voluntarios de Tzu Chi compartan el mismo compromiso y no



digan: “He hecho esto durante tantos años. Ahora es el momento de dejarlo”. Los Bodhisattvas de Tzu Chi pasan la antorcha, pero nunca la dejan; continúan acompañando a los recién llegados y pasan la antorcha de generación en generación.

Tzu Chi está establecida en esta era. Yo estoy aquí y ustedes también, así que no existe tal cosa como “Tzu Chi pertenece a la Maestra”. No puedo llegar físicamente a Estados Unidos, pero estoy agradecida por las causas y condiciones la primera semilla y el primer “agricultor” que cultivó este campo de bendiciones en Estados Unidos. Desde los días fundacionales de Tzu Chi en Estados Unidos, se sembraron semillas en el campo de nuestra octava conciencia, donde se guardan nuestros recuerdos.

Juntos cultivamos el fértil campo de bendiciones que es Tzu Chi en Estados Unidos, transmitiéndolo de generación en generación. Si lo expandimos un poco más e incorporamos más “agricultores”, el campo producirá semillas de bendiciones cada temporada y cada año. Podemos cosechar y sembrar semillas de bendiciones año tras año. Las semillas que cosechamos, aparte de la porción preservada para futuras siembras, se convierten en alimento para nuestra vida de sabiduría.

Debemos cultivar el campo de la mente, el fértil campo de bendiciones que reside en nuestro interior. Además de sembrar semillas, debemos eliminar las malas hierbas. Las malas hierbas en el campo de la mente son las aflicciones y los pensamientos dispersos. Los voluntarios de Tzu Chi son como agricultores que cultivan el gran campo de bendiciones en el mundo.

Al sembrar semillas de bondad en la tierra, los agricultores diligentes cultivan el suelo y nos brindan alimentos nutritivos. Sin el cuidado adecuado, las semillas rápidamente serán cubiertas por malas hierbas y no podrán crecer. Luego, cuando tratamos de recoger lo que hay en los campos, todo lo que atrapamos con nuestras manos son malas hierbas, que incluso pueden cortarnos. Sin embargo, al cuidar una semilla con dedicación y esfuerzo, esta

puede convertirse en una abundante cosecha de arroz, generando innumerables semillas, generando infinitas semillas.

Lo que más me alegra es que cada familia transmite la bondad de generación en generación, difundiendo también el virtuoso Dharma hacia el exterior. Como un agricultor que cosecha arroz, guardamos algunos granos para futuras siembras. Si hay una cosecha abundante, el excedente puede venderse a otros de manera similar, solo cuando poseemos una riqueza de Dharma en nuestro interior podemos difundirlo al mundo y cultivar el campo de bendiciones en la Tierra.

Todos somos conscientes de que en la situación actual, adoptar una dieta vegetariana es la mejor opción. Es la mejor manera de demostrar amor hacia todos los seres y liberar a los animales. Debemos animar a todos a adoptar sinceramente una dieta vegetariana por compasión. Si todos lo hacen, podemos reducir el sacrificio de animales. Practicar el vegetarianismo y fomentar la compasión promueve un ciclo de bondad. Este es el más grande de los Dharmas virtuosos.

El vegetarianismo expresa bondad tanto hacia dentro como hacia fuera. Con el poder del amor, los voluntarios de Tzu Chi se dedican al mundo. La misión médica cuida la salud de las personas. La misión educativa fomenta el talento para la sociedad y crea esperanza para la humanidad. Creo que todo lo que hacemos y cada paso que damos beneficia a los seres sensibles, y cada segundo en el futuro está lleno de esperanza. Por favor, aprovechen sinceramente la oportunidad de crear bendiciones, realizar buenas acciones y cultivar bendiciones y sabiduría juntos. 🌱

Maestra Cheng Yen

Fundadora

Fundación Budista Tzu Chi

Recopilado de las enseñanzas de la Maestra Cheng Yen durante una conversación en la Conferencia de Consenso para los voluntarios de Tzu Chi USA el 7 de marzo de 2024.

Alumnos del Aula de la Esperanza ponen en práctica su programa de reciclaje en Tijuana

Por María Pacheco



Alumnos del “Aula de la Esperanza”, recolectan basura en Tijuana, México junto a sus padres y voluntarios de Tzu Chi. Foto/Christopher Yang



La educación es un derecho humano fundamental, y la Fundación Budista Tzu Chi se ha destacado a nivel mundial por brindar educación gratuita y de calidad en lugares donde los jóvenes no tienen acceso a este derecho. Con presencia en lugares como California, Texas, y Tijuana, México, Las escuelas de Tzu Chi se formaron basándose en dos filosofías significativas: educación humanista y la educación del carácter, programas desarrollados por Tzu Chi en 2006, cuando notaron que el currículum educativo de las escuelas públicas en Estados Unidos carecía de este tipo de educación. Hasta la fecha, Tzu Chi ha sembrado semillas de gratitud, respeto y amor en miles de estudiantes que se convertirán en líderes del futuro.

El currículo de las escuelas de Tzu Chi inspira a los estudiantes a tomar conciencia de su comportamiento y cómo afecta a los demás, cultivando rasgos de carácter positivos y virtudes que conducen a la armonía en la familia, la comunidad y la sociedad en general. Los valores que se enseñan en el aula son la gratitud, el respeto y la compasión, y los estudiantes que han pasado por estas aulas se han convertido en modelos a seguir, que muestran un mejor comportamiento y una visión humanista del mundo.

● Tzu Chi y su ayuda en Tijuana

La Fundación Budista Tzu Chi ha estado presente en Tijuana, México, por más de una década, ayudando a la comunidad con atención médica, donación de alimentos y brindando educación gratuita a jóvenes de pocos recursos gracias a la presencia de la Escuela Primaria Calafia Tzu Chi. Con el objetivo de seguir apoyando a los jóvenes de Tijuana y de brindarles oportunidades para un mejor futuro, el “Aula de la Esperanza” abrió oficialmente sus puertas el 3 de abril de 2023, convirtiéndose en un faro de luz para ocho estudiantes de entre 10 a 16 años, que formaron parte del primer

grupo de alumnos de este proyecto educativo. Estos jóvenes estudiantes llegaron con alegría, curiosidad y ganas de aprender.

“ Estadísticas oficiales del gobierno mexicano revelan que amplios sectores de la población de Tijuana carecen de la educación necesaria para competir en la economía de rápido crecimiento de México. Según datos de 2020, 453,000 personas, aproximadamente el 32.4% de la población de Tijuana, contaban con educación secundaria.

La iniciativa comenzó cuando los voluntarios de Tzu Chi, durante un evento de clínica gratuita, notaron que muchos jóvenes no asistían a la escuela o la abandonaban debido a la falta de recursos y la pobreza agravada por la pandemia. Tzu Chi entonces decidió establecer una alianza con el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA). Sin embargo, INEA se enfocaba principalmente en la educación de adultos y solo ofrecía programas de fin de semana de medio día, no dirigidos a jóvenes que abandonaron la escuela. Para ayudar a estos jóvenes, voluntarios del campus médico de Tzu Chi contrataron maestros

Alumnos de Tzu Chi cuentan con el apoyo de personas de la comunidad durante un evento de reciclaje. Foto/Christopher Yang





Tzu Chi enseña a sus alumnos cómo cuidar el planeta y cómo reciclar con el fin de reducir la contaminación y transformar los desperdicios en nuevos productos. Foto/Christopher Yang

y fundaron el “Aula de la Esperanza” dentro del sistema educativo de INEA. El aula de clases atiende a estudiantes menores de 18 años, funcionando cinco días a la semana bajo el currículo educativo de Tzu Chi. La fundación también cubre todas las necesidades esenciales de los estudiantes, incluidos los artículos de papelería, los almuerzos gratuitos, las exenciones de matrícula y las cuotas, y ofrece tarifas de autobús subsidiadas para aquellos que viven lejos.

● Maestros con alma compasiva

Víctor Alfonso Galindo Hernández y su esposa, Francisca, son los profesores encargados de guiar y enseñar a estos jóvenes en el “Aula de la Esperanza”. Esta dedicada pareja exhibe una notable paciencia y cuidado en su enfoque de la enseñanza. Dadas



las diferentes habilidades de aprendizaje, niveles educativos y edades de los niños, ambos brindan instrucción personalizada. Víctor Galindo expresó: “En este primer día de clases, nuestro objetivo es inspirar a los estudiantes a comprender el propósito de la vida. Los alentamos a pensar críticamente y tomar decisiones mientras les enseñamos habilidades esenciales para la vida que se convierten en una segunda naturaleza. Ese es uno de los objetivos centrales del Aula de la Esperanza”.

Durante el primer día, Víctor evaluó a los estudiantes en español, inglés y matemáticas, para conocer su nivel y diseñar un plan de estudio personalizado. Aspira a dar la bienvenida a más niños pequeños a esta clase en el futuro, permitiéndoles ponerse al día con el aprendizaje perdido debido al abandono escolar.

La educación humanista de Tzu Chi ocupa un lugar especial en el “Aula de la Esperanza”. Las lecciones iniciales se enfocan en nutrir el carácter y el comportamiento de los niños, enfatizando la adherencia a las cinco reglas del decoro dentro del salón de clases:

- (1) Establecer metas diarias para uno mismo.***
- (2) Cumplir con las indicaciones del maestro.***
- (3) Fomentar el entendimiento mutuo con los compañeros.***
- (4) Mantener una apariencia ordenada.***
- (5) Apreciar todos los artículos públicos dentro del salón de clases.***

Karina Lizeth Díaz González, una alumna de 14 años, no había podido avanzar más allá del sexto grado debido a las interrupciones causadas por la pandemia. La escuela secundaria local no la aceptó, pero su primer día en el nuevo salón de clases de Tzu Chi fue revelador. “Hoy aprendí mucho, sobre todo en matemáticas ya que fue el primer día, aunque todavía queda mucho por aprender”, expresó Karina.

Mayra Alejandra González Gutiérrez, madre de dos estudiantes del aula, compartió su gratitud: “Vi esta oportunidad a través de un mensaje de la comunidad, y en mi opinión es una muy buena oportunidad, porque mis hijas no pudieron terminar la escuela por la pandemia. Estoy muy agradecida, espero que mis hijas hagan todo lo que yo no pude hacer”.

● Alumnos de Tzu Chi dan el ejemplo

El “Aula de la Esperanza” se encuentra en una de las zonas más pobres de Tijuana, donde las personas luchan por tener una vivienda digna y acceso a agua potable. Otro de los problemas es la gran cantidad de basura en las calles que genera enfermedades. Con la intención de ayudar a la comunidad y poner en práctica lo aprendido en el aula, los estudiantes de Tzu Chi, junto a sus

Al participar en este tipo de eventos, los alumnos de la Escuela Primaria Calafia Tzu Chi dan el ejemplo al trabajar para mantener su comunidad libre de basura. Foto/Christopher Yang



maestros, participaron en un evento de recolección de basura y reciclaje el pasado mes de junio, gracias a la invitación de la Escuela Primaria Citlalmina.

El evento de reciclaje se realizó en el marco del festival de primavera. A pesar de los escasos recursos, la escuela Primaria Citlalmina fue decorada y preparada para recibir a los estudiantes y voluntarios de Tzu Chi. Los alumnos de la Escuela Primaria Calafia Tzu Chi hicieron una presentación en lenguaje de señas de la canción “Una Familia”. Después de la presentación, el ambiente se llenó de alegría y entusiasmo. Luego, realizaron un desfile de modas utilizando productos reciclados, demostrando cómo los materiales reciclables pueden transformarse en algo útil y creativo.

Estos jóvenes, provenientes de familias de escasos recursos, han aumentado su autoestima y coraje gracias a la educación humanitaria de Tzu Chi. Tomaron el escenario uno por uno, ganándose la admiración del público e inspirándolos a cuidar de su medio ambiente. Muchos padres expresaron su intención de unirse a los esfuerzos de reciclaje. Kimberly, una madre de familia, se mostró especialmente entusiasmada:

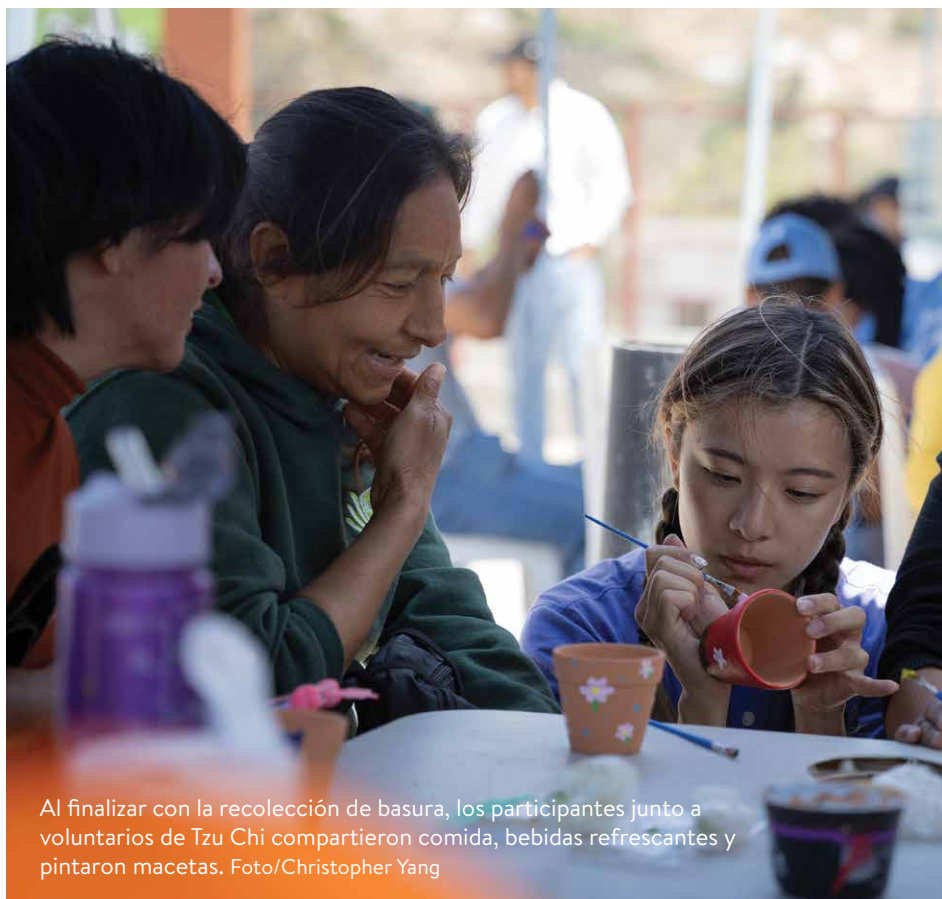
Una pequeña alumna posa sosteniendo la pinza especial para recoger la basura de las calles de Tijuana. Foto/Christopher Yang



“ Ha sido una experiencia muy agradable. Debemos mantener las calles limpias. Estamos aquí para ayudar con el reciclaje.

*Kimberly
Madre de familia*

Víctor Galindo, profesor del “Aula de la Esperanza”, se sintió orgulloso de ver a los niños mostrar al público los conocimientos medioambientales que aprendieron en clase, convirtiéndose en pioneros de la acción medioambiental en su comunidad”.



Al finalizar con la recolección de basura, los participantes junto a voluntarios de Tzu Chi compartieron comida, bebidas refrescantes y pintaron macetas. Foto/Christopher Yang

“ A los niños les encantó poder participar. Hicimos un trabajo de reciclaje, ayudando a la escuela a recoger materiales reciclables. Esta actividad es importante porque hace que las personas tomen conciencia de la importancia de cuidar nuestro planeta.

Víctor Galindo

Profesor del Aula de la Esperanza



La directora de la Escuela Primaria Citlalmina expresó su gratitud a los alumnos y voluntarios del “Aula de la Esperanza” y, a Tzu Chi por participar en el festival de primavera. “Estamos muy agradecidos con Tzu Chi por promover la protección del medio ambiente, el reciclaje y mostrar el uso del material reciclado. Nuestros alumnos se han beneficiado enormemente de aprender a reciclar, ya que estos materiales reciclables están presentes en el hogar de todos. Desafortunadamente, algunas personas no saben cómo reutilizar estos materiales reciclables. Ahora Tzu Chi nos ha proporcionado una información muy efectiva. Esperamos seguir colaborando con ellos”, dijo la directora.

María Esther Díaz, maestra del “Aula la Esperanza”, comentó sobre el programa de reciclaje, “estamos enseñando a los niños a tener el hábito

de separar los plásticos y los demás elementos que son para reciclar. También lo están haciendo en sus casas, en la escuela y en la comunidad. La fundación ya ha ido a la escuela a buscar lo que hemos recolectado. Quieren una comunidad limpia. Hacemos un llamado a la comunidad a participar en la actividad”.

La basura recolectada por estudiantes, padres y voluntarios se clasificó siguiendo los parámetros del reciclaje, y los voluntarios de Tzu Chi se la llevaron para las plantas de reciclaje. Tzu Chi transforma todo este plástico en material que luego se convierte en productos esenciales para distribuir entre sobrevivientes de desastre, dichos productos incluyen, nuestras conocidas mantas y bufandas ecológicas entre otros artículos de ropa y también las camas plegables multiusos.

● Tzu Chi ayuda a educar las futuras generaciones

La labor educativa de Tzu Chi en la formación de líderes y en la promoción de la responsabilidad social y ambiental es un ejemplo inspirador de cómo la educación puede trascender de las aulas y tener un impacto duradero en la sociedad.

En un mundo que enfrenta numerosos desafíos, desde la crisis ambiental hasta la necesidad de líderes responsables, la educación desempeña un papel fundamental. Iniciativas como las de Tzu Chi demuestran que, con la guía adecuada y un enfoque en valores, es posible formar a las próximas generaciones de líderes que harán una diferencia positiva en sus comunidades y más allá.

Tzu Chi ha demostrado que con dedicación y un enfoque humanitario, es posible cambiar vidas y comunidades enteras. Su trabajo en Tijuana es un ejemplo brillante de cómo la educación y la conciencia ambiental pueden transformarse en herramientas poderosas para el cambio positivo. 🌱



El cuidado del medio ambiente es uno de los valores fundamentales de Tzu Chi, por eso es importante inculcar este valor en generaciones futuras. Foto/Christopher Yang

Novena Conferencia Internacional de la Juventud:

Empoderando a la próxima generación de líderes globales junto a Tzu Chi USA

Escrito por: Gabriela Barzallo

El 30 de mayo de 2024, en el Foro de Apertura de la 9ª Conferencia Internacional de la Juventud, Steve Chiu (segundo desde la derecha) fue de los oradores principales en representación de Tzu Chi.

Foto/Michael Mazur



La novena edición de la Conferencia Internacional de la Juventud (IYC9, por sus siglas en inglés) se llevó a cabo del 30 de mayo al 1 de junio de 2024 en Los Ángeles, California, con una modalidad en línea para asegurar la participación global. Organizada por Generation Next y respaldada por organizaciones destacadas como ONU-Hábitat, Programas Interculturales AFS, la Unidad de la Sociedad Civil del Departamento de Comunicaciones Globales de la ONU y la OIM, IYC9 se posiciona como una plataforma crucial para que jóvenes de todo el mundo se involucren, deliberen y contribuyan a soluciones multilaterales para un futuro mejor, continuando el diálogo iniciado en la Cumbre de los ODS 2023. Tzu Chi USA, una de las organizaciones clave de esta conferencia, organizó un evento previo para el “Día del Voluntariado Comunitario” el 29 de mayo.



El establecimiento de la “Conferencia Internacional de la Juventud” nació después de la 68ª “Conferencia de la Sociedad Civil de las Naciones Unidas” (UNCSC) en 2019, con el objetivo de mejorar la conciencia y participación de los jóvenes en los asuntos internacionales. Su propósito es ayudar a los jóvenes líderes a tener una influencia práctica en problemas globales clave, reducir la brecha entre los jóvenes y entre los que toman las decisiones, y promover cambios positivos en el mundo para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.

Con el objetivo de que jóvenes de distintas culturas y países formen parte de este apoyo, en Latinoamérica, también hubo una conferencia en el Auditorio del Centro Cívico en Santiago de Querétaro, Querétaro, el pasado 8 de junio. Este evento se enfocó en reunir a juventudes a nivel nacional, regional e internacional, para discutir y trabajar en los temas más relevantes relacionados con el Summit of The Future. En dichas sesiones, los participantes tuvieron la oportunidad de escuchar ponencias de personas de gran relevancia, así como debatir y crear proyectos de acción.

● Una década de empoderamiento e innovación

Desde su creación, la conferencia ha crecido en tamaño e influencia, atrayendo a miles de jóvenes líderes de diversos orígenes para participar en talleres, paneles de discusión y actividades de voluntariado. La misión de la conferencia es triple: empoderar a los jóvenes, fomentar el diálogo inclusivo y desarrollar soluciones innovadoras para los problemas mundiales. Esta edición de la conferencia continúa esa tradición, poniendo un énfasis particular en la innovación, la unidad y el empoderamiento juvenil para impulsar el desarrollo sostenible.

En cada edición, la conferencia propone cerrar la brecha entre los jóvenes y la ONU, asegurando que las voces juveniles resuenen y dejen una huella en los pasillos de la organización.

Esta iniciativa promueve una participación genuina e inclusiva de la juventud, garantizando una representación diversa de diferentes contextos y regiones. Como afirman los organizadores, “los jóvenes de hoy son los portadores de antorchas del mañana”.

● Un encuentro global para el cambio

El evento de cuatro días contó con la participación de más de 8,000 asistentes de más de 176 países, tanto en persona como en línea. Un día antes de la inauguración de la conferencia, más de 30 representantes participaron en el “Día de Servicio Comunitario” organizado por uno de los principales socios, Tzu Chi USA. Los participantes se involucraron en actividades como la distribución de bienes, el compostaje ecológico y proyectos de reutilización de materiales, comprendiendo cómo una ONG puede implementar y promover los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la ONU dentro de la comunidad.

En los días previos a la conferencia en el campus de UCLA, Tzu Chi USA empoderó la plataforma juvenil organizando una



Elinor Crescenzi, guía del jardín ecológico, explica a los visitantes la importancia del compostaje para el almacenamiento de carbono. Foto/Jennifer Chien



El fundador y director ejecutivo de la Conferencia Internacional de la Juventud, Ali Mustafa (izquierda). Foto/Michael Mazur

conferencia de prensa en la Escuela de Asuntos Públicos Luskin el 25 de abril. Durante el evento, Ali Mustafa, fundador y director ejecutivo, explicó que se llevarán a cabo conferencias paralelas en países como Estados Unidos, India, Pakistán, Egipto, Chad y México. Estos eventos serían transmitidos en vivo y contarán con asistencia multilingüe para facilitar una participación amplia. Emma Sherbine, presidenta de la Asociación de Naciones Unidas en la Universidad Soka de América, destacó la importancia del diálogo internacional juvenil y la acción, enfatizando que “es muy importante que los jóvenes a nivel internacional vengan a este espacio para que podamos tener un diálogo significativo, pero más allá del diálogo, tomar acción.”

● Servicio y colaboración

Los voluntarios juegan un papel fundamental en el éxito de la IYC9, lo que se evidenció con la inclusión de un Día de Voluntariado Comunitario organizado por Tzu Chi USA. El 29 de mayo, los



Voluntarios de la IYC practican los ODS de la ONU en Tzu Chi USA, San Dimas, a través de jardinería comunitaria y elaboración de kits de higiene.
Foto/Michael Mazur

asistentes aprendieron sobre los ODS de la ONU y los pusieron en práctica en la Oficina Nacional de Tzu Chi USA en San Dimas, CA. Este enfoque práctico continuó con actividades como la jardinería comunitaria y la elaboración de kits de higiene.

En un ambiente inspirador y diverso, Ali Mustafa dio la bienvenida a los delegados en el Campus de la Fundación Tzu Chi en Los Ángeles. “Estos jóvenes delegados vienen de todo el mundo. La misión de Tzu Chi se alinea directamente con el enfoque de la conferencia en la humanidad, la paz y el compromiso juvenil,” afirmó. Esta edición no solo discutió problemas globales sino que también demostró el compromiso de los jóvenes a través de acciones concretas.

● Aprendizaje práctico e impacto

“Los jóvenes aquí aprendieron los pasos básicos del compostaje, compartieron conocimientos y construyeron comunidad,” explicó. Steve Chiu, representante de Tzu Chi ante la ONU, enfatizó la importancia de ejemplificar el compromiso a través de la acción. La Fundación Budista Tzu Chi, conocida por su labor humanitaria y ambiental, fue un aliado clave en la organización de actividades que reflejan los valores de la IYC. Los delegados también participaron en la clasificación de materiales donados junto a voluntarios del Treasure Hut, subrayando la importancia del servicio y la solidaridad. “Todo este proceso culminó con la oportunidad de reflexionar juntos sobre los valores y la importancia del servicio en cómo nos conectamos entre nosotros y con la comunidad que nos rodea,” dijo Chiu.

El impacto de estas actividades fue tangible en la restauración costera en Manhattan Beach, donde los delegados trabaja-



Invitados que participan en el ‘Día de Servicio Comunitario’ de la novena Conferencia Internacional de la Juventud visitan las instalaciones de Tzu Chi USA. Foto/Jennifer Chien

ron para remover plantas invasoras y permitir que las especies nativas se establezcan. María Jazmín Ríos, de The Bay Foundation, expresó su gratitud por la ayuda recibida: “Hoy tenemos al grupo juvenil ayudándonos a hacer algo de restauración en nuestras dunas. Están removiendo algunas plantas invasoras para permitir que las especies nativas se establezcan en el área. Somos un grupo muy pequeño, por lo que de verdad necesitamos la ayuda de la comunidad.”

La colaboración y el esfuerzo conjunto fueron evidentes, como señaló Shurabe Mercado, voluntaria de la Conferencia Internacional de la Juventud: “Hemos reunido a muchas personas por una razón y una meta. El trabajo que ellos planeaban hacer en dos meses lo hicimos en solo un par de horas.”

● Una plataforma para discusiones críticas

La Fundación Budista Tzu Chi, conocida por su labor humanitaria y ambiental, fue una aliada clave en la organización de actividades que reflejan los valores de la IYC. La conferencia también proporcionó una plataforma para discutir temas críticos como la transformación de la educación y la promoción de ecosistemas de información inclusivos y seguros. “Es fundamental que los jóvenes se involucren en la reimaginación de las arquitecturas financieras internacionales y en solidificar su participación significativa en la toma de decisiones globales,” afirmó Mustafa. Esta visión fue respaldada por diversas actividades prácticas que permitieron a los delegados aplicar sus conocimientos y habilidades en situaciones reales.

Nina Wu, una voluntaria juvenil, destacó la importancia de la acción colectiva y el impacto positivo que los jóvenes pueden



Tzu Chi lidera y participa en cuatro foros durante la Conferencia Internacional de la Juventud. Foto/Michael Mazur

tener en el mundo. “Participar en esta acción colectiva es realmente inspirador. Creo que mi generación tiene una energía única y una pasión que puede cambiar el mundo,” afirmó Wu. La conferencia no solo ofreció una plataforma para el diálogo y la discusión, sino que también se tradujo en acciones concretas que benefician a las comunidades locales.

● **Un Legado de Compromiso Juvenil**

Steve Chiu explicó los orígenes de la conferencia, señalando que durante la 68ª Conferencia de la ONU sobre la Sociedad Civil en 2019, se reconoció la necesidad de aumentar la participación juvenil, lo que llevó a la fundación de la IYC por Ali Mustafa. La

‘Conferencia que originalmente era un evento en línea que se celebraba cada seis meses, adoptó un formato híbrido después de la pandemia, y esta es la primera vez que se lleva a cabo en el sur de California,’ señaló Chiu.

Tras días de aprendizaje, intercambio y colaboración de ideas, la novena edición de la IYC empoderó a los jóvenes con los recursos y habilidades necesarios para ser contribuyentes proactivos a soluciones globales. “Estamos involucrando a los jóvenes. Pueden equiparse mejor con las habilidades para servir a la humanidad. Y Tzu Chi es una organización y una fundación que nos ayuda a lograrlo,” concluyó Mustafa. La conferencia sigue siendo una inspiración para muchos jóvenes, reforzando el compromiso de la juventud con un futuro sostenible y pacífico, en colaboración con organizaciones como Tzu Chi, creando un mundo mejor con una nueva generación de agentes de cambio. 🌱



Más de 400 representantes de diversos países llegan a Los Ángeles para participar personalmente en el ‘Noveno Congreso Internacional de la Juventud’. Foto/Michael Mazur

Tzu Chi Nueva York: Comidas que calientan el corazón

Por Juan Bonilla

Sea un día lluvioso, haga calor o caiga nieve, los voluntarios de Tzu Chi de Flushing, Nueva York, cuidan de los ancianos de “la gran manzana” llevando comida caliente a sus manos. La cocina central de Tzu Chi en Flushing lleva varios años donando platos de comida vegetariana saludables a personas mayores de 70 años en Manhattan, Brooklyn y Queens. Cada lunes el equipo se prepara temprano para atender a los ancianos en Manhattan: los martes se organizan para ayudar en Brooklyn, y los miércoles abarcan la comunidad de Queens. La Cocina Central de Tzu Chi Nueva York es un faro de luz para los ancianos, ofreciendo no solo comidas calientes sino también calidez emocional y un sentido de comunidad.



Voluntarios de Tzu Chi de Flushing, Nueva York, organizan el programa de “Meals on Wheels” cada lunes, martes y miércoles donde se dedican a entregar comida vegetariana a ancianos de 70 años en adelante. Foto/Dan Ferrara

● Una misión culinaria

La Fundación Budista Tzu Chi es conocida como una organización que brinda apoyo a las personas necesitadas, siempre alineada a sus pilares principales establecidos por sus apasionados voluntarios y la Venerable Maestra Cheng Yen. Bajo el lema de “ayudar a aquellos en gran necesidad con amor y cariño”; Tzu Chi dirige sus programas y esfuerzos para cumplir con ese deseo que todos compartan.

La oficina central del Tzu Chi en Nueva York se estableció en 1991 y fue creciendo rápidamente debido a la alta densidad poblacional en la zona. Las ahora oficinas de Tzu Chi del noroeste trabajan en conjunto para ayudar a los residentes de Nueva York, Connecticut, Massachusetts, New Hampshire, Maine, Vermont y Rhode Island. Sus actividades van desde la distribución de comida, ayuda en caso de desastres, educación, atención médica y más.

Uno de los programas más destacados de la oficina de Tzu Chi del noroeste es su programa de distribución de alimentos vegetarianos. La oficina de Flushing, Nueva York, cuenta con una co-



Se forma una gran fila de personas esperando recibir sus alimentos fuera del Centro de Servicio de Tzu Chi Manhattan. Foto/Dan Ferrara

cina central en donde se preparan estos platos de comida vegetariana saludable con el fin de alimentar a los ancianos necesitados en los alrededores de Flushing. La comida vegetariana que provee Tzu Chi a estas personas mayores de 70 años, promueve la buena salud y el cuidado de nuestro planeta. De esta forma, Tzu Chi aborda dos importantes objetivos que busca cumplir con sus actividades. El primero, es la caridad, prioridad número uno para la fundación. Al brindar alimentos a los ancianos necesitados, Tzu Chi les ayuda a mantener una mejor calidad de vida ya que, al no poder trabajar, cuentan con menos vías de apoyo para su propio sustento. El segundo objetivo es promover una dieta amigable con el medio ambiente. La dieta vegetariana de Tzu Chi busca dar sustento alimenticio sin la necesidad de dañar a otros seres sintientes.

“ La cocina central pertenece a la oficina de Tzu Chi en Flushing. Este es el tercer año ofreciendo este servicio para mayores de 70 años. Entonces, salimos de la cocina central todos los lunes alrededor de las 11 en punto y vamos primero a Manhattan.

Susan Chiang
Voluntaria de Tzu Chi

● Sanar, sanando a otros

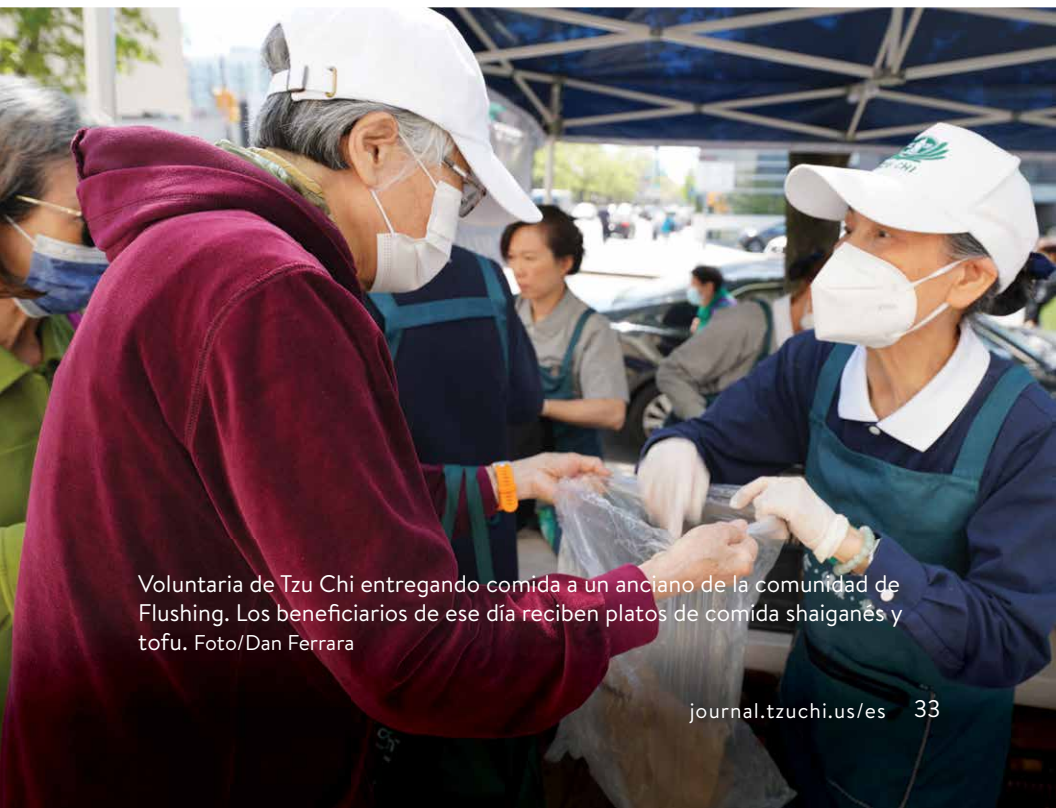
No es sorpresa que los voluntarios de Tzu Chi sean tan apasionados y efectivos en el apoyo que brindan a las personas que sufren. Todos apuntan hacia el mismo horizonte, liderados por la visión de la Venerable Maestra Cheng Yen. Los primeros tres días de la semana son bastante movidos para los voluntarios ya que cada día preparan alrededor de 100 platos de alimentos y gestionan toda la logística de distribución y entrega de esta comida. Adicional al plato de comida que los voluntarios entregan a los ancianos, ellos también les regalan los ingredientes necesarios

para preparar una cena vegetariana. La pasión de los voluntarios es evidente al ver las sonrisas que pintan sus rostros mientras ayudan a los demás.

El ambiente durante las distribuciones se llena de un hermoso resplandor porque, tanto los beneficiarios como los voluntarios se empapan de empatía y elevan el bienestar de su espíritu. Muchos voluntarios aseguran que ayudar a otros termina siendo una autoayuda para ellos.

“ Con Tzu Chi me di cuenta que el significado de la vida debe ser satisfacción interior y felicidad. Es mucho mejor que ganar mucho dinero. Aprendí a cocinar gracias a las hermanas y hermanos de Tzu Chi y ahora ayudo a las personas que lo necesitan.

*Ma Long
Chef Principal de la
Cocina Central de Tzu Chi*



Voluntaria de Tzu Chi entregando comida a un anciano de la comunidad de Flushing. Los beneficiarios de ese día reciben platos de comida shaiganés y tofu. Foto/Dan Ferrara

Esto mismo le sucedió al Sr. Wu, originario de la prefectura autónoma de Yanbian en China, quien llegó hace más de 20 años con la esperanza de una vida mejor. Aunque al principio encontró éxito como gerente de un supermercado coreano, su vida dio un giro inesperado cuando una enfermedad grave y la falta de seguro médico lo dejaron sin trabajo y sin esperanza. En sus momentos más oscuros, el Sr. Wu consideró terminar con su vida, pero fue entonces cuando los voluntarios de Tzu Chi llegaron para ofrecerle un rayo de luz y esperanza.

Los voluntarios de Tzu Chi no solo ayudaron al Sr. Wu a obtener el seguro médico que necesitaba desesperadamente, sino que también le ofrecieron un apoyo emocional invaluable. Lo animaron a salir de su aislamiento y a participar en actividades



El Sr. Wu trabaja en la cocina central de la región noreste de Tzu Chi USA, encargado de preparar cajas bento de comida caliente para los ancianos de la comunidad. Foto/Pin Hau Chiou

comunitarias, lo que lentamente comenzó a disipar la niebla de desesperación que lo envolvía. Al descubrir su habilidad para hacer kimchi, los voluntarios lo motivaron a venderlo, lo que no sólo le proporcionó ingresos, sino también una renovada sensación de logro y propósito en su vida.

Hoy en día, el Sr. Wu trabaja en la cocina central de Tzu Chi USA en la región noreste, preparando comidas calientes para los ancianos de la comunidad con todo su corazón. Su gratitud y felicidad son palpables, encontrando alegría en cada acto de servicio. “Estoy muy feliz aquí, no me siento cansado,” dice. “Quiero unirme a los voluntarios y espero integrarme plenamente en la comunidad de Tzu Chi.” La historia del Sr. Wu es un testimonio del poder del amor y la compasión para transformar vidas, demostrando que incluso en la ciudad más bulliciosa, la bondad y la esperanza pueden florecer.

“ Desde que me uní a Tzu Chi, me he dado cuenta de que ayudar a los demás es de gran ayuda para mí mismo. Cuando mi estado de ánimo mejora, todo mejora.

*Sr. Wu
Beneficiario*

● **Lunes, miércoles y viernes: Manhattan, Brooklyn y Queens**

Los voluntarios de Tzu Chi se preparan cada semana para distribuir los platos de comida de una forma eficiente. El día comienza temprano para los voluntarios ya que deben preparar los 100 platillos de comida para luego salir a la ubicación donde será la distribución y que los beneficiarios tengan un plato de comida caliente recién hecho.

Los lunes, voluntarios como Sansan Chiang y John Hong se dirigen a Manhattan, donde distribuyen comidas calientes a más de 110 ancianos. “Estas comidas son más que solo alimento; son



Voluntarios de Tzu Chi en Flushing ordenan y preparan los ingredientes a utilizar para elaborar la comida del día. Foto/Dan Ferrara

un sustento para muchos,” dice John Hong. Los ancianos, algunos de más de 90 años, esperan ansiosos estas entregas, que ofrecen tanto nutrición como compañía. Las inscripciones para recibir la comida son desde las 10:30 a. m. y los beneficiarios pueden llegar a recogerla entre 11:30 a. m. y 12:30 p. m. Los ancianos disfrutan mucho de la comida que los voluntarios les preparan con mucho amor, es por eso que cada semana más de 100 personas llegan a recibir su parte.

“ Les gusta mucho nuestra manera de cocinar y les gusta mucho la comida vegetariana y todo eso. Supongo que es por eso que todos regresan.

John Hong
Voluntario de Tzu Chi

Los martes, los voluntarios de Tzu Chi se desplazan a Brooklyn donde se juntan con el personal de Orchid Tea Cafe quienes preparan la comida de ese día. El chef Tom Tang y varios meseros como Lucy Chen trabajan en equipo para preparar los platos vegetarianos que se van a distribuir. Dan Liu, voluntaria de Tzu Chi,

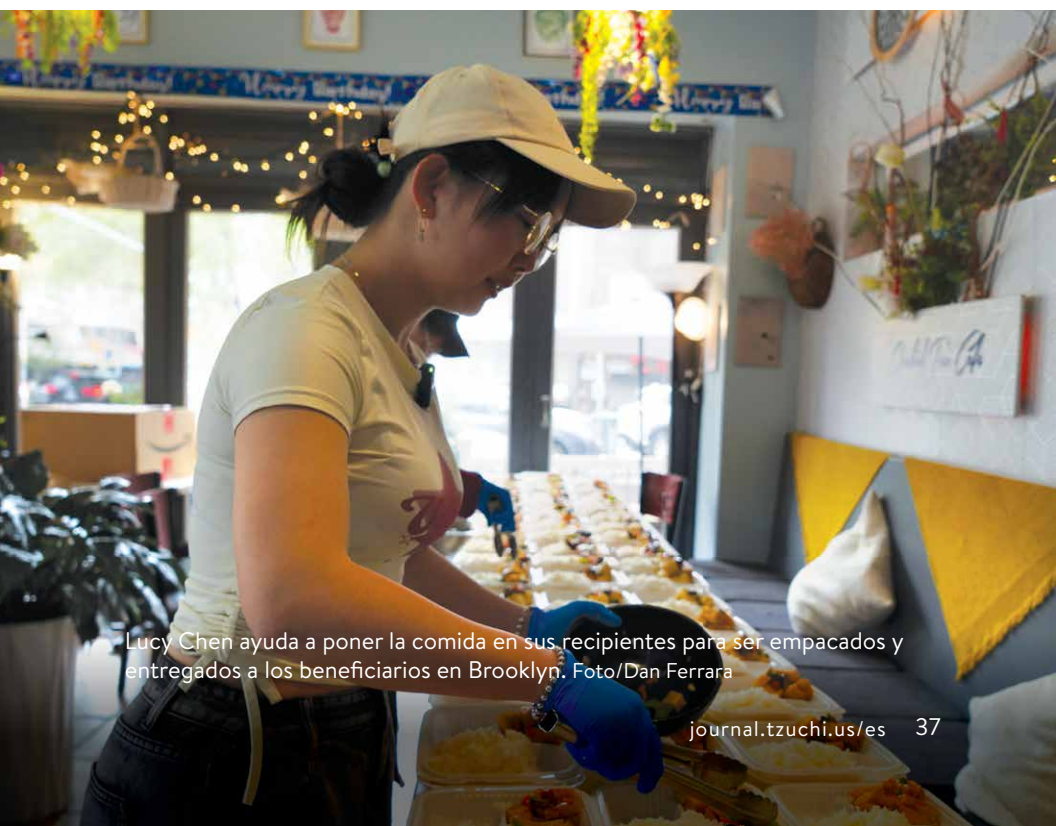
comenta que se asociaron con el restaurante Orchid Tea Cafe ya que llegar a Brooklyn le toma alrededor de dos horas y no quisiera entregar platos de comida helados a los ancianos. De este modo, los voluntarios llegan temprano a ayudar y gestionan la entrega de la comida.

“ Y podemos ayudar a la gente que necesita ayuda. Es lo mejor que podemos hacer.

Lucy Chen

Trabajadora de Orchid Tea Cafe

Finalmente, los miércoles, los voluntarios de Tzu Chi se quedan en casa y distribuyen la comida vegetariana desde la cocina central en Flushing y en los alrededores de Queens. La logística es un poco distinta ya que los miércoles también activan el programa de “Meals on Wheels” (Comida sobre ruedas) en donde la voluntaria



Lucy Chen ayuda a poner la comida en sus recipientes para ser empacados y entregados a los beneficiarios en Brooklyn. Foto/Dan Ferrara

Nandy Lu y su hijo entregan una parte de la comida a domicilio. Esta modalidad demuestra ser muy importante ya que muchos ancianos de la comunidad no pueden dejar sus hogares y se benefician mucho de recibir la comida en sus casas. “Cada semana repartimos 240 comidas. Entregamos 70 en sus domicilios”, dice Ann Yang, una voluntaria.

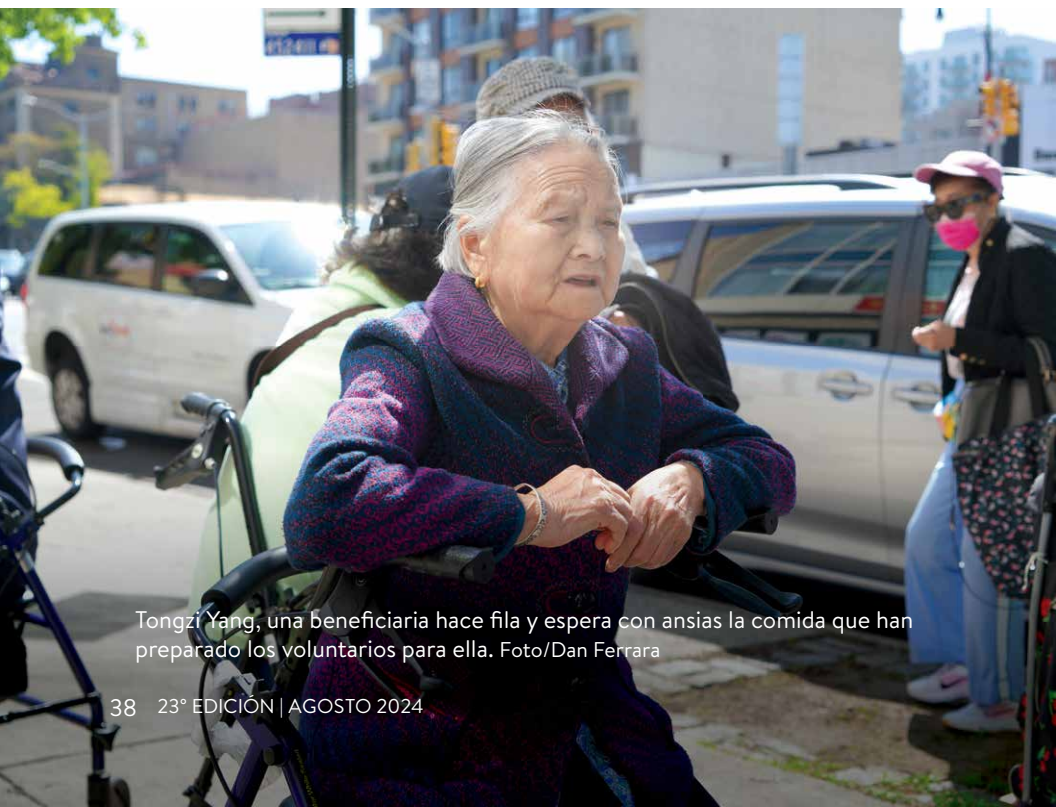
“Algunos de ellos tienen 80 y tantos años, creo que un par de ellos tienen 90 y tantos años.

Nandy Lu

Voluntaria de Tzu Chi

● Barriga llena, corazón contento

El impacto de los esfuerzos de Tzu Chi se extiende más allá de la simple provisión de comida. Las comidas nutritivas ayudan a los



Tongzi Yang, una beneficiaria hace fila y espera con ansias la comida que han preparado los voluntarios para ella. Foto/Dan Ferrara

ancianos a mantener una dieta saludable, mientras que las interacciones sociales regulares combaten la soledad y el aislamiento. Por otro lado, debido a que los alimentos que se entregan son vegetarianos, todos ayudan a cuidar del medio ambiente y fomentar el respeto por todos los seres sintientes. Este tipo de alimentos son saludables y le dan la oportunidad a los ancianos de disfrutar de una rica comida un día a la semana. La ayuda que los voluntarios dan en las tres ubicaciones crea un sentido de comunidad o pertenencia a todos los involucrados, donde los voluntarios también se ven beneficiados.

“ Escucho lo que dice la gente en este centro para personas mayores. Todos dicen que la comida de Tzu Chi es muy rica, muy buena para nosotros los vegetarianos.

Tongzi Yang
Beneficiaria de ayuda

Los voluntarios encuentran un profundo significado en su trabajo y se esmeran cada semana para entregar alimentos de calidad, saludables y calientes a los ancianos de más de 70 años de Nueva York. El programa de alimentos, la cocina central de Flushing, Meals on Wheels, y todo el esfuerzo de los voluntarios cumple con la función que Tzu Chi busca realizar alrededor del mundo: Traer ayuda y apoyo a los que sufren. Los mismos voluntarios sienten esa sensación de trascendencia y paz. Es en estos actos de ayuda donde se puede ver la importancia de la empatía y el apoyo mutuo entre seres humanos. Animamos a todos a realizar un acto de amabilidad en sus comunidades y sentir la satisfacción que los voluntarios sienten. 🌱



**Los tiempos difíciles pueden
llegarnos inesperadamente.
Deja que Tzu Chi USA esté preparado
para ayudarte.**

Desde enfrentarse a las pruebas de la vida a través del desastre, la pobreza, inseguridad alimentaria, crisis sanitarias, encarcelamiento y mucho más. Los voluntarios de Tzu Chi de todo el país alivian a personas, familias y comunidades cuando más lo necesitan.

Dona en donate.tzuchi.us/es/cause/gift/





Recibe las noticias más recientes,
conoce sobre las acciones compasivas de los voluntarios,
eventos especiales de Tzu Chi USA y más,
suscribiéndote a nuestro boletín informativo.

Escanea el código QR con la
cámara de tu celular para
introducir tus datos.



Forma parte de nuestra comunidad virtual
de hispanos y latinos en los Estados Unidos
y conoce todo sobre la familia Tzu Chi USA en español.



— Cuando la vocación te encuentra:

Entrevista al Dr. Stephen Deng

Escrito por: Pheel Wang

Adaptado al español por: Juan Bonilla



Cuando llegó el momento de la entrevista programada para el mediodía, Stephen Denq, el actual director ejecutivo de la Fundación Médica Tzu Chi, aún no había llegado.

“Lo siento mucho. Fuimos a la clínica a buscar al Dr. Denq hace un momento”, explicó cortésmente la secretaria administrativa de la Fundación. “Tiene muchos pacientes y acababa de atender al último paciente de la mañana. Se suponía que saldría para la entrevista, pero el paciente tuvo preguntas y regresó, así que el Dr. Denq volvió a la clínica”, continuó.



Dr. Stephen Denq en eventos de clínicas gratuitas de Tzu Chi en América Central y del Sur. Foto/Shuli Lo

Así es el Dr. Denq, una persona cálida y amable que responde rápidamente a las necesidades de los pacientes; nunca demasiado ocupado para atender consultas y calmar inquietudes a pesar de su dinámico horario. Con citas médicas y la rutinaria agenda operativa de la Fundación Médica Tzu Chi, el Dr. Denq siempre hace tiempo para visitar a los pacientes en sus hogares, donde personas con dificultades de movilidad o que no tienen seguro médico, esperan ansiosamente su llegada.

“Por lo general, otros médicos simplemente me preguntan si estoy bien, se van y luego recibo una factura de \$200, pero el Dr. Denq no es así. Revisa con cuidado mis heridas y cambia mi medicamento cada vez”, dijo Eugene, uno de los pacientes a largo plazo del Dr. Denq que está postrado en cama. Con solo unas pocas palabras, el médico deja una buena impresión en la mente de un paciente. Sin embargo, eso no describe todo lo que es el Dr. Denq.

● Tomando decisiones difíciles

“Recuerdo que cuando era niño, mi maestro me comentó que yo era travieso porque me encantaba hacer preguntas,” reflexionó el Dr. Denq. Sin embargo, esta curiosidad no se perdió con el pasar de los años. Aquellos que lo conocen saben que hacer preguntas es representativo del Dr. Denq.

“Cuando era joven, mi abuelo decía que había muchos expertos en la familia, incluidos cocineros y contadores, pero nunca un doctor”, compartió Denq, añadiendo, “Mi abuelo dijo que podía comprar tierra y construir un hospital para que yo ayudara a la gente y viviera mejor. Mi abuelo era hombre de negocios y estuve de acuerdo con él, así que opté por ese sueño”. El Dr. Denq emigró a los EE. UU. desde Taiwán a los 13 años. Era muy

bueno para las matemáticas y ciencias y se especializó en ingeniería química en la Universidad de California, Los Ángeles. Sin embargo, para postularse a la escuela de medicina, también tuvo que tomar un curso de biología.

“Me costó mucho la Biología, tanto que obtuve una C en mi primer examen. ¿Cómo podría entrar a la escuela de medicina con una calificación así? Me preparé mucho mejor para el segundo examen, pero aún estaba 20 puntos por debajo del promedio, y no fue hasta el examen final que obtuve una B+, lo que me hizo perder mucha confianza”. Pero Stephen Denq no se rindió, ideó una estrategia y tomó medidas. Tomó un curso sobre genética primero, que era más entendible para él. “Este curso implicaba muchos cálculos, los cuales eran más simples para mí, aunque difíciles para otros. Construí mi confianza a través de este curso y luego tomé otros cursos relacionados,” compartió.

Denq no tiene problema en admitir que eligió su campo de estudio basándose en consideraciones prácticas. Se preguntó, “¿Qué curso es más fácil? ¿Cuál facilita una graduación más rápida? ¿Cuál es más próspero?” Después de deliberar, eligió medicina familiar, explicando, “Después de graduarme, solo necesitaba estudiar tres años más. Mi abuelo había fallecido, y pensé que dejaría de practicar la medicina después de cinco años. Al menos podría retribuir un poco a la comunidad y luego volvería a hacerme cargo del negocio de mi familia. Mi padre estaba en el negocio de la construcción y esperaba que yo pudiera hacerme cargo”.

En ese momento, Denq aún no tenía la determinación que tiene ahora en seguir el camino de la atención médica. Cuando el Dr. Denq comenzó a participar en los servicios de clínicas gratuitas de Tzu Chi en 1999, su única participación era la consulta de pacientes. Eso fue hasta que asistió a una reunión de agradecimiento donde algo cambió.

● Encontrando la respuesta

“Debo tener mucho cuidado con lo que digo porque aún me emociona”, dijo el Dr. Denq, que había estado hablando sobre su pasado, de repente se detuvo por unos segundos. “Me derrumbé en esa reunión de agradecimiento y mi mentalidad cambió después de eso”, dijo. “Me invitaron a hablar en el escenario para médicos voluntarios. Desde la distancia, había un voluntario que era mi paciente, y sabía que no estaba en las mejores condiciones de salud. Se paró en la sala y me escuchó hablar. Pensé, ‘¿Por qué soy el centro de atención?’; solo participo en la clínica gratuita y hablo brevemente con los pacientes. Pero esa persona, con todo y su condición de salud, hizo los preparativos para esta reunión hasta la medianoche del día anterior y luego se levantó temprano en la mañana para preparar el almuerzo para todos. ¿Por qué no fue él el elegido para subirse al escenario y tomar el micrófono? Pensé, ‘¿Cómo puede haber una persona así?’. Me eché a llorar. Fue esta pregunta la que me hizo querer aprender más sobre Tzu Chi”.



Stephen Denq (segundo a la derecha) visita Taiwán el 20 de septiembre de 2010, para participar en su primera actividad de la Asociación Internacional Médica de Tzu Chi. Foto/Wenxiu Tsai

En 2010, el Dr. Denq regresó a Taiwán para participar por primera vez en la Conferencia Anual de la Asociación Internacional Médica de Tzu Chi. Aquí, ejerció su talento para hacer preguntas: “Les di un mal rato. Hubo preguntas que los voluntarios de Tzu Chi no sabían cómo responder, como por ejemplo: ¿Por qué los hombres caminan al frente y no las mujeres? Cuando la conferencia concluyó, me conmovió lo que vi, pero tenía más preguntas. Al regresar a los Estados Unidos, me inscribí en la formación de voluntarios de Tzu Chi. Soy un poco exigente; quiero encontrar las respuestas por mi cuenta”.

Insistir en llegar al fondo de cada pregunta era parte del impulso innato del Dr. Denq. “Por ejemplo se requieren 108 días de dieta vegetariana para entrar en la Escritura del Sutra,” recordó el Dr. Denq. “¿Pero, por qué 108 días? ¿Debo seguir con la dieta después del día 108? ¿O puedo parar? Estaba buscando respuestas. Un hermano dijo que el vegetarianismo es una forma de cultivar compasión, y una hermana dijo, ‘¿Por qué haces tantas preguntas? Solo come lo que la Maestra del Dharma Cheng Yen te dice que comas’. Si puedo encontrar la respuesta de forma independiente, me apegaré a la dieta. Lo que sentí más tarde fue que el vegetarianismo se trata de simplicidad, no de preocuparse por si comes huevos o no, si es más nutritivo o no, si es bueno o no, sino de aprender a vivir de manera simple, y esa es la respuesta para mí.”

“ La respuesta puede no ser la misma para todos, porque cada persona obtendrá una iluminación diferente a través de la práctica, según su propia experiencia y sentimientos. Esto es lo que dijo la Maestra: ‘Aprende a través del trabajo y despierta a través del aprendizaje.’

Stephen Denq
Director Ejecutivo
Fundación Médica Budista Tzu Chi

Otro punto en el que la curiosidad del Dr. Denq se convirtió en el impulso para sacrificar su tiempo extra de sueño giraba en torno a las escrituras importantes y veneradas en el budismo. En el pasado, el Dr. Denq solía dormir 12 horas al día y estudiaba escrituras todas las mañanas.

“Cuando aún estaba en entrenamiento, Jean Hsu me invitó a practicar las escrituras del budismo en la Oficina Nacional de Tzu Chi USA en San Dimas, lo cual nunca había hecho antes. Recuerdo que era el Prefacio del Sutra del Loto. Aún tenía algo de peso en mi estómago en ese momento,” se rió. “Era difícil inclinarse en ángulo. La alfombra de adoración en nuestra oficina era alta en la parte trasera y baja en la delantera. No era fácil para mí respirar cuando adoraba; me quedaba sin aliento, y luego, algunos de los versos debían ser cantados lentamente, tanto que pensé, ‘¿Puede el canto ir más rápido?’ ¡No podía respirar! Solo quería levantarme rápidamente. Pero detrás de mí venía el canto de un hermano desconocido que tenía una voz tan fuerte que me impresionó



El Dr. Stephen Denq (fila delantera, en el medio) profundiza gradualmente en el Dharma, estudiando diligentemente las escrituras de budismo, y actúa en el Foro Global TIMA 2019. Foto/Victor Rocha

mucho. Me pregunté, ‘¿Cómo puede hacerlo?’ Y luego, llegué a la conclusión de que debe haber ganado tal fuerza a través de la práctica. Con esto, espontáneamente fui al templo a adorar una vez a la semana, pero sentí que no era suficiente. Presté un DVD del Prefacio del Sutra del Loto y lo llevé a la Clínica Gratuita de Tzu Chi en Alhambra, donde hay un pequeño Salón de Buda. Fui allí temprano en la mañana y tomé unos minutos cada día antes de ir a la clínica. Hice eso durante un año, y se convirtió en un hábito de cantar las escrituras por la mañana, que ha durado hasta ahora.”

A lo largo de los años, Stephen Denq descubrió que no importa qué pregunta haga, la acción compasiva debe seguir, como enseña la Maestra Cheng Yen. Cuando el Dr. Denq asumió el cargo de director ejecutivo de la Fundación Médica Budista Tzu Chi en 2021, recordó estas enseñanzas de poner la compasión en acción y no dejar pasar una oportunidad para hacer buenas obras. “En el pasado, tenía la intención de resolver todo y encontrar respuestas a mis preguntas antes de hacer algo, solo para asegurarme de que funcionaran. La Maestra Cheng Yen me ha mostrado el camino, y creo en ella de todo corazón. ¡Mientras sea algo de Tzu Chi, hazlo!”

“ **No siempre soy una persona lista, así que debo ser diligente. Aunque no siempre pueda obtener la iluminación al hacerlo, si lo hago, tendré la oportunidad de marcar la diferencia.**

Stephen Denq
Director Ejecutivo
Fundación Médica Budista Tzu Chi

El Dr. Denq, que amaba hacer preguntas, se ha transformado y ahora proporciona respuestas a las preguntas de la vida a través de sus continuos esfuerzos con Tzu Chi. 🌱

¿Ha oído hablar del Movimiento Vegetariano de Tzu Chi USA?

El Movimiento Vegetariano busca unir a la sociedad en torno a la causa de los derechos de los animales, la protección del medio ambiente y la salud pública mediante la promoción de un estilo de vida vegetariano o vegano.

Cree su menú vegetariano con todas las deliciosas recetas que tenemos en <https://veryveggimovement.org/es> y únase a nosotros a un estilo de vida más saludable y consciente para proteger nuestro planeta.

Juntos podemos salvar millones de animales cada año, reducir el impacto ambiental de la cría de animales y mucho más.



*Movimiento
Vegetariano*



¡Refreshate con una deliciosa gelatina tropical a base de té!

Receta por Connor Hsu

¿Buscas una bebida deliciosa y refrescante para combatir el calor de este verano? ¡Prueba este té tropical con gelatina! Es fácil de preparar, perfecto para compartir con amigos y familiares, y lleno del sabor tropical de mango, coco y leche condensada.



INGREDIENTES:

- 5 tazas de agua
- 5 gramos de Té Negro Jing Si
- 165 gramos de polvo de agar
- 1 taza de leche de coco
- 1 mango
- 1 cucharada de azúcar morena
- 2 cucharadas de leche condensada azucarada
- Utensilios recomendados: báscula de cocina (para medir ingredientes), bolsitas de té, mezcladora, colador de malla o tamizador

PREPARACIÓN:

1. En una olla, hervir 4 tazas de agua, agregar las hojas de té y dejar reposar durante 3 minutos.
 2. Luego retirar las bolsitas de té y volver a hervir. Comienza a agregar 110 gramos de agar en polvo y azúcar morena, revolviendo bien. Alejar del calor.
 3. En 3 tazas, verter uniformemente la mezcla. Dejar enfriar hasta que se solidifique a una consistencia gelatinosa.
 4. En una cacerola, pon a hervir la leche de coco y la taza de agua restante. Agregar y revolver el polvo de agar restante. Retirar del fuego y verter encima de la otra mezcla ya solidificada como una segunda capa. Dejar enfriar hasta que endure como gelatina.
 5. Mientras tanto, pelar y cortar el mango en cubos pequeños y cuando las dos capas esten solidas, verter encima los cubos de mango.
 6. Como un toque final, vierte la leche condensada sobre la cobertura de mangó y distribuye uniformemente entre las tres tazas.
- ¡Listo, y a disfrutar!

Visita jingsi.shop y explora la colección de té natural Jing Si que crece en las montañas de Taiwán.



DIRECTORIO DE TZU CHI EN LAS AMÉRICAS

ARGENTINA

Buenos Aires
Tel: 54-11-49881634
tzuchiarg@gmail.com
Colpayo 458, Cap.
Fed., Buenos Aires,
Argentina

BOLIVIA

Santa Cruz
Tel: 591-3-3432284
mamisanho@hotmail.
com
Av. Cristobal De
Mendoza No.1265
Santa Cruz, Bolivia

BRASIL

São Paulo
Tel: 55-11-55394091
Rua Correia Dias, 516
Paraíso, São Paulo, SP,
Brasil, CEP 04104-001

Rio De Janeiro

Tel: +55 (21) 25739005
tzuchirio@bol.com.br
Rua Gerson Ferreira
160 Ramos
Rio de Janeiro, Brasil

CANADÁ

Vancouver
Tel: 1-604-2667699
www.tzuchi.ca
8850 Osler Street
Vancouver, BC V6P 4G2

(Además hay oficinas
en Toronto, Ottawa,
Montreal, Calgary y
Edmonton. Por favor
visite [www.tzuchi.
ca/contact-us](http://www.tzuchi.ca/contact-us))

CHILE

Santiago
Tel: 56-2-22114704
tzuchichile@groups.
live.com
Hermanos Cabot
6740 Dpto 171,
Santiago, Chile

Chillán

Tel: 56-42-221788
taiwanltda@yahoo.
com.tw
5 DE Abril 535
Chillán, Chile

COSTA RICA

San José
Tel: 506-88-289801
dianacr@kimo.com
Apdo. 655-2150
Moravia, San Jose,
Costa Rica

EL SALVADOR

San Salvador
Tel: 503-7-7293905

ESTADOS UNIDOS

(Hay oficinas en 26
estados, visite [www.
tzuchi.us/es/oficinas](http://www.tzuchi.us/es/oficinas))

Región Oeste

Tel: 1-909-447-7799
1100 S. Valley Center
Ave.
San Dimas, CA 91773

Región Noroeste

Tel: 1-408-457-6969
2355 Oakland Road
San Jose, CA 95131

Región Noreste

Tel: 1-718-888-0866
137-77 Northern Blvd.
Flushing, NY 11354

Región del Medio- Atlántico

Tel: 1-973-857-8666
150 Commerce Road
Cedar Grove, NJ
07009

Región de Washington DC

Tel: 1-703-707-8606
1516 Moorings Dr.
Reston, VA 20190

Región Sur

Tel: 1-713-270-9988
6200 Corporate Dr.
Houston, TX 77036

Región Central

Tel: 1-972-680-8869
534 W. Belt Line Rd.
Richardson, TX 75080

Región del Medio- Oeste

Tel: 1-630-963-6601
1430 Plainfield Rd.
Darien, IL 60561

Región de las Islas del Pacífico

Tel: 1-808-737-8885
1238 Wilhelmina Rise
Honolulu, HI 96816

Clínicas Médicas De Tzu Chi

Tel: 1-626-281-3383
1008 S. Garfield Ave.
Alhambra, CA 91801

ECUADOR

ruiz.jenyffer@gmail.
com

GUATEMALA

Cd. de Guatemala
Tel: 502-2-2327648
fchinstar yahoo.com.tw
16 Calle, 6-18, Zona 1
Cd. de Guatemala,
Guatemala

HONDURAS

jabccch@hotmail.com

MÉXICO

albertojacoin@hotmail.
com

PARAGUAY

Asunción

Tel: 595-21-333818
4686 Guanes, C/Dr.
Nestor Esculies y Felix
Bogado
Barrio Lambare,
Asuncion, Paraguay

Ciudad del Este

Tel: 595-61-512506
Edificio Globo No.17
C.D.E., Paraguay

REPÚBLICA DOMINICANA

Santo Domingo
Tel: 1-809-5300972
Av. Romulo
Betancourt No. 952
Plaza J.M. Mirador
Norte, Santo
Domingo, Rep. Dom.

ST. MAARTEN

Tel: 1-721-5863019
sxm_tzuchi2005@
yahoo.com
#18 LB Scott Rd. Cul
De Sac St. Maarten,
W.I., Netherlands



¡Únase a nuestras plataformas digitales!

Manténgase en contacto y reciba más información sobre las acciones compasivas de los voluntarios, las misiones de ayuda, eventos especiales y más noticias de Tzu Chi en el país y alrededor del mundo.

Para suscribirse a nuestro boletín informativo o seguirnos en nuestras redes sociales de Facebook e Instagram solo escanee el código QR correspondiente con la cámara de su celular.

Suscríbese a nuestro boletín llenando el formulario:



Síganos y haga clic en “Me gusta” en Facebook



Síganos en Instagram:
@Tzuchiusaenespanol



Sea parte de nuestra comunidad virtual de hispanos y latinos en los Estados Unidos y conozca todo sobre la familia Tzu Chi USA en español.



Fundación Budista Tzu Chi

1100 S. Valley Center Ave.

San Dimas, CA91773

Tel: 909.447.7799

www.tzuchi.us/es

NonProfit Org.
U.S. POSTAGE

PAID

San Dimas, CA

Permit No.36



Panelistas en la Novena Conferencia Internacional discuten los puntos de vista sobre cómo los jóvenes pueden impactar positivamente en temas globales clave como los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Foto/Michael Mazur