

# Dharma-stream di Saat Karantina

## Kisah dari Beijing

Covid-19, yang dikenal juga sebagai coronavirus, sekarang ada di seluruh dunia. Kita semua perlu mengambil langkah-langkah pencegahan dalam menjaga diri kita sendiri dan orang-orang lainnya. Salah satu tindakan pencegahan tersebut adalah dengan tidak berkumpul di dalam kelompok, apakah itu di dalam bioskop, konser – dan dalam konteks Dharma : di dalam sesi grup Dharma-stream.

## Tujuan Dharma-stream

[Dharma-stream](#) adalah persembahan Phakchok Rinpoche kepada para murid–memungkinkan kita agar tetap terhubung dengan Rinpoche dan ajaran-ajaran Dharma yang berharga dan untuk mendukung dan menginspirasi satu dengan yang lainnya di dalam Sangha. Aspek mendasar di dalam Dharma-stream, adalah agar kelompok-kelompok saling bertemu muka agar para murid dapat berlatih bersama-sama, menonton ajaran bersama-sama, dan membahas pokok-pokok utama dan berbagi pengalaman-pengalaman pribadi, tantangan dan manfaat dari mempraktekkan ajaran-ajaran tersebut.

## Beradaptasi terhadap Tantangan



Dikarenakan pandemi coronavirus ini, pertemuan-pertemuan ini telah menjadi tantangan dan di beberapa tempat merupakan hal yang mustahil dijalankan. Kelompok Dharma-stream yang baru terbentuk di Beijing, China, adalah kelompok pertama yang mengalami tantangan ini.

Disini, Eileen, fasilitator Dharma-stream di Beijing, berbagi dengan kita bagaimana caranya mereka dapat secara cepat beradaptasi dengan situasi terbaru di China–dan bagaimana cara mereka menggunakan situasi ini untuk meluangkan waktu lebih banyak di dalam melakukan perenungan, berlatih, dan memperdalam pemahaman Dharma mereka – dan mendukung satu sama lain di dalam waktu yang sulit ini!

## **Bagaimana Semua ini Dimulai**

Pertemuan pertama kelompok Dharma Stream kami terjadi di tanggal 18 Januari 2020, persis sebelum Tahun Baru Imlek. Kami berpikir bahwa pertemuan yang ke-2 akan kami laksanakan sekitar 2 minggu kemudian setelah kami semua kembali dari liburan.

Pada tanggal 20 Januari, para ahli mengumumkan bahwa coronavirus dapat menyebar dari satu manusia ke manusia lainnya – dan segera setelah itu karantina kami dimulai. Di awal Februari, kami semua menyadari bahwa kami tidak akan bisa melakukan pertemuan untuk beberapa bulan ke depan. Kami meminta agar pertemuan-pertemuan kami ditunda selama masa waktu tersebut.

## **Mengubah Rencana**

Rencana kami untuk Dharma-stream di China adalah dengan memulai di Beijing, dan kemudian secara berangsur-angsur mengembangkannya ke kota-kota lainnya di China. Namun demikian, format pertemuan daring (online) memberikan kami kesempatan untuk mulai secara bersama-sama, tanpa memandang di lokasi mana di China kami berada. Oleh karenanya kami memulai pertemuan daring (online) kami yang pertama di tanggal 4 Februari, dengan melakukan 3 sesi setiap harinya. Kami bergabung bersama-sama dengan para anggota dari kota-kota lainnya, termasuk juga Shanghai, Shenzhen, Chongqing, Guangzhou dan Kunming.

## **Membuat Koneksi yang Bermakna**

Beberapa anggota mengikuti sesi-sesi tersebut setiap hari, beberapa bahkan sampai 2-3 kali setiap harinya. Dengan demikian, berbagi pengalaman dan diskusi menjadi begitu tulus dan bermakna. Banyak para pendatang baru yang berkata bahwa mereka mendapatkan manfaat dari diskusi dan berbagi pengalaman yang kami lakukan, dan itu adalah satu dari alasan yang membuat mereka tertarik untuk tetap mengikuti Dharma-stream. Para non-praktisi berkata bahwa hal ini adalah begitu berbeda dari apa yang sebelumnya mereka bayangkan tentang ajaran ataupun latihan Buddhist.



Mulai dari tanggal 11 Februari, kami mengadakan 2 sesi setiap harinya– menyaksikan dua ajaran yang sama setiap hari untuk 5 hari secara berturut-turut, dan kemudian berlanjut ke dua ajaran yang berikutnya. Ini memungkinkan kami untuk melihat setiap ajaran sampai sepuluh kali – memberikan pemahaman yang jauh lebih dalam, pembelajaran dan diskusi yang kaya. Jadi dari sudut pandang tertentu, kami sungguhlah beruntung, karena situasi terkini tersebut memberikan kami sebuah jendela kesempatan dimana kami memiliki waktu dan upaya yang cukup untuk bertemu dengan cara demikian.

Selain itu, melalui ajaran Rinpoche, orang-orang belajar bagaimana cara mengamati dan merenungkan kehidupan keseharian mereka. Pengalaman dan perenungan jujur yang mereka bagikan memberikan pengaruh terhadap masing-masing mereka, dan mereka menjadi begitu bergairah dan mulai berharap untuk dapat mengikuti sesi-sesi tersebut setiap harinya, untuk membagikan pengalaman-pengalaman mereka di hari tersebut ataupun penemuan-penemuan baru yang mereka temukan, dan mendengar dari orang-orang lainnya. Ketika seseorang merasa putus asa dan kecewa dengan dirinya sendiri, orang-orang lain akan secara terbuka membagikan pengalaman mereka sendiri untuk menyemangati orang yang merasa putus asa tersebut.

Setiap orang begitu menghargai sangha yang telah kami bangun ini – kelompok dimana kami dapat belajar untuk mendukung satu dengan yang lainnya di dalam latihan dan di dalam kehidupan kami.

## Harapan-Harapan ke Depan

Sekarang kami telah yakin bahwa ketika pandemi coronavirus ini telah berakhir, di Beijing, Shanghai, Guangzhou, Shenzhen dan Chongqing, akan ada 5 kelompok Dharma-stream. Orang-orang menyukai sangha kami dan sangat menghargai ajaran dan dukungan yang diberikan olehnya.

Sejak malam ini, 15 Maret, kami telah bertemu satu sama lain untuk 92 sesi. Kami begitu berterima kasih pada Rinpoche dan ajaran beliau, dan meskipun wabah ini mendatangkan kesusahan dan penderitaan, satu hal positif yang bisa didapatkan darinya adalah kami mendapatkan kesempatan yang begitu langka untuk berkonsentrasi pada pembelajaran dan pelatihan Dharma secara bersama-sama.

Eileen, fasilitator Dharma-stream di Beijing, China

*Tolong diingat: Jika kalian memfasilitasi satu kelompok Dharma-stream, tidak mampu untuk menjalankan pertemuan secara fisik, dan tertarik untuk melakukan pertemuan daring (online) sampai kondisinya telah berubah menjadi lebih baik, kalian dapat menghubungi Jesper, koordinator Dharma-stream di alamat email [jesper@samyeinstitute.org](mailto:jesper@samyeinstitute.org). Kalian kemudian akan dibantu dalam persiapan menjalankan pertemuan secara daring (online).*