

## CHƯƠNG TRÌNH PHÁP-THOẠI TRONG THỜI GIAN CÁCH LY

### Những Câu Chuyện Từ Bắc Kinh

Covid-19, còn được gọi là Virus Corona, hiện đang lan rộng trên khắp thế giới. Tất cả chúng ta cần phải thực hiện các biện pháp phòng ngừa để bảo vệ người khác và chính mình. Một trong những biện pháp [phòng ngừa] là không tụ tập hội nhóm, cho dù là ở rạp chiếu phim, những phòng hòa nhạc, và trong bối cảnh liên quan đến Pháp: là những thời khóa họp nhóm của chương trình Pháp-Thoại (Dharma-Stream).

### Mục Đích Chương Trình Pháp-Thoại (Dharma-Stream)

Pháp-Thoại là chương trình Phakchok Rinpoche dành cho cho các môn đồ – giúp chúng ta có thể duy trì kết nối với Ngài và với những giáo lý Phật Pháp quý báu, cũng như để nhận được sự hỗ trợ, động viên nhau giữa các thành viên trong Tăng Đoàn. Một phương diện cơ bản của Pháp-Thoại là các thành viên trong nhóm sẽ gặp gỡ trực tiếp để cùng thực hành, cùng nhau xem bài giảng, thảo luận những điểm chính yếu [trong bài giảng], chia sẻ những kinh nghiệm cá nhân về các thử thách và lợi lạc trong quá trình mỗi người áp dụng giáo lý vào thực tiễn.

### Thích Ứng Trước Thử Thách

Do đại dịch Virus Corona, các buổi họp mặt của chương trình này đã trở thành thách thức và cũng không thể thực hiện được ở một số nơi. Nhóm Pháp-Thoại mới thành lập ở Bắc Kinh, Trung Quốc, là nhóm đầu tiên đối diện với thử thách này.

Tại đây, Eileen, thành viên hỗ trợ chương trình Pháp-Thoại tại Bắc Kinh, chia sẻ với chúng ta: việc họ đã nhanh chóng thích nghi với tình hình mới ở Trung Quốc như thế nào; cách thức họ sử dụng tình huống này để dành nhiều thời gian hơn trong việc suy ngẫm, thực hành và đào sâu hơn những hiểu biết của mình về Phật Pháp; và sự hỗ trợ lẫn nhau trong giai đoạn thử thách này!

### Mọi Việc Đã Bắt Đầu Như Thế Nào?

Buổi họp nhóm đầu tiên cho chương trình Pháp-Thoại của chúng tôi là vào ngày 18 tháng 01 năm 2020, ngay trước Tết Nguyên đán. Chúng tôi nghĩ rằng lần họp nhóm thứ 02 sẽ được tổ chức sau 02 tuần kế tiếp, khi kỳ nghỉ Tết kết thúc.

Vào ngày 20 tháng 01, các chuyên gia tuyên bố rằng virus Corona có thể lây lan từ người sang người nên việc cách ly được tiến hành ngay tức thời. Đến đầu tháng 02, tất cả chúng tôi nhận ra rằng sẽ không thể họp nhóm trong suốt vài tháng tới. Vì vậy, chúng tôi đã thỉnh cầu để được tổ chức các buổi họp nhóm trực tuyến trong giai đoạn này.

### Thay Đổi Các Kế Hoạch

Kế hoạch [trước đó] của chúng tôi cho chương trình Pháp-Thoại ở Trung Quốc là bắt đầu tại Bắc Kinh, rồi dần dần mở rộng sang các thành phố khác. Tuy nhiên, hình thức họp mặt trực tuyến đã cho chúng tôi cơ hội để tất cả được bắt đầu cùng nhau, bất kể là chúng tôi đang ở đâu trong lãnh thổ Trung Hoa. Theo cách đó, chúng tôi đã tiến hành buổi họp mặt trực tuyến đầu tiên vào ngày 04 tháng 02, tổ chức 03 buổi họp mặt trực tuyến mỗi ngày. Chương trình đã có sự tham gia của

các thành viên từ các thành phố khác, bao gồm Thượng Hải, Thâm Quyển, Trùng Khánh, Quảng Châu và Côn Minh.

### **Tạo Những Kết Nối Ý Nghĩa**

Một số thành viên tham dự họp mặt hàng ngày, một số thậm chí tham dự 2-3 buổi họp mặt trong mỗi ngày. Nhờ vậy, việc chia sẻ và thảo luận trở nên rất chân thành và ý nghĩa. Nhiều thành viên mới nói rằng họ được lợi lạc từ những cuộc thảo luận và chia sẻ của chúng tôi, và đó là một trong những lý do thu hút họ tiếp tục tham dự Pháp-Thoại. Những người chưa-phải-là-hành-giả [thực hành Phật Pháp] bảo rằng nó thật rất khác so với những gì họ tưởng tượng về việc dạy và học Phật Pháp sẽ diễn ra.

Bắt đầu từ ngày 11 tháng 02, chúng tôi tổ chức 02 buổi họp mỗi ngày, mỗi buổi trình chiếu hai bài giảng và chiếu lại [hai bài đó] trong vòng 05 ngày liên tiếp, sau đó chuyển sang hai bài giảng kế tiếp. Điều này cho phép chúng tôi xem mỗi bài giảng đến 10 lần – mang lại sự thấu hiểu ở mức độ sâu sắc hơn nhiều, việc học tập và thảo luận cũng trở nên phong phú hơn. Vì vậy, xét từ một góc độ nhất định thì chúng tôi đã thật may mắn, bởi vì tình hình hiện tại đã cho chúng tôi một ‘cửa sổ’ [máy tính], từ đây chúng tôi có xa xỉ thời gian và nỗ lực để gặp nhau bằng cách này.

Ngoài ra, theo lời dạy của Rinpoche, mọi người đã học được cách quan sát và suy ngẫm về đời sống hàng ngày của họ. Những kinh nghiệm và những suy ngẫm chân thật mà mỗi người chia sẻ đã gây ảnh hưởng lẫn nhau, và mọi người trở nên rất phấn khích, họ bắt đầu trông đợi việc tham dự các buổi họp mỗi ngày để được chia sẻ những kinh nghiệm họ trải qua trong ngày hoặc những điều họ mới vừa khám phá, và cũng để được nghe [chia sẻ] từ những người khác. Nếu một ai đó cảm thấy suy sụp và thất vọng với bản thân, mọi người sẽ chia sẻ kinh nghiệm của mình một cách cởi mở để an ủi người đang bị suy sụp đó.

Mọi người đều rất trân trọng Tăng đoàn này, bởi vì đây là một nơi chúng tôi đã xây dựng để học được cách hỗ trợ lẫn nhau trong thực hành [Pháp] và cả trong đời sống.

### **Tương Lai**

Bây giờ, chúng tôi chắc chắn rằng khi đại dịch Virus Corona kết thúc, tại Bắc Kinh, Thượng Hải, Quảng Châu, Thâm Quyển và Trùng Khánh, sẽ có 5 nhóm Pháp-Thoại. Mọi người đều yêu thích Tăng đoàn này và vô cùng trân trọng đối với sự giảng dạy và hỗ trợ.

Tính đến tối nay, ngày 15 tháng 03, chúng tôi đã họp mặt [trực tuyến] được 92 buổi. Chúng tôi thật rất biết ơn Rinpoche và lời dạy của Ngài. Và dù cho mọi khó khăn và đau khổ Virus Corona đã gây ra, một điều may mắn trong cơn bùng phát [đại dịch] đó là chúng tôi có một cơ hội quý báu để tập trung vào việc học và thực hành Pháp cùng nhau.

Eileen – thành viên tổ chức chương trình Pháp-Thoại tại Bắc Kinh, Trung Quốc

*Xin lưu ý: Nếu bạn đang tổ chức một nhóm Pháp-Thoại, bạn đang không thể thực hiện các buổi họp trực tiếp và lại có cảm hứng với việc tiến hành họp mặt trực tuyến cho đến khi hoàn cảnh [dịch bệnh] chuyển biến tốt hơn, bạn có thể liên hệ với Jesper - điều phối viên Pháp-Thoại qua email [jesper@samyeinstitute.org](mailto:jesper@samyeinstitute.org). Sau đó, bạn sẽ được trợ giúp tiến hành các buổi họp mặt trực tuyến.*