

# कारेनताइनको समयमा धर्म-स्त्रिम

## बेइजिङका केहि कथाहरु

कोभिड-१९ जसलाई हामीले कोरोना भाइरस भनेर चिन्दछौं, अहिले विश्वभर महामारीको रूप लिइएको छ। हामीले कोरोना भाइरसबाट बच्न र अरूलाई बचाउन आवश्यक सावधानी अपनाउनु पर्छ। यी मध्य एउटा हो कहीं पनि भिडमा नबस्ने – चाहे त्यो संसारिक मनोरञ्जनको लागि होस् या धार्मिक कार्यको लागि नै।

## धर्म-स्त्रिमको संरचना



फागछोग् रिम्पोछेद्वारा आयोजित यो कार्यक्रमले विद्यार्थीलाई रिन्पोछे र अमूल्य धर्म शिक्षासंग सम्बन्धमा रहन, र एक अर्कालाई सङ्घमा सहायता दिने र प्रेरित गर्ने गरिन्छ। सामूहिक अन्तर्क्रिया र आफ्नो शिक्षालाई अभ्यास गर्दाको अनुभव, समस्या र फाइदाहरूको छलफल यो धर्म- स्त्रिमको कार्यक्रमको मौलिक पक्ष हो।

## समस्याको अनुकूलन

कोरोना भाइरसका कारण अहिले भेटघाट समस्या बनेको छ र कुनै ठाउँमा त असम्भव छ। नव स्थापित धर्म- स्त्रिम समूह बेइजिङ, चिनमा यो समस्या अनुभव गर्ने पहिलो समूह हो।

यहाँ, इयिले, धर्म-स्त्रिमको सहजकर्ताले बेइजिङमा समुहबाट चिनको यो नयाँ अवस्थाको अनुकूलन कसरी गरिँदै छ र उनीहरूले आहिलको अवस्थामा धेरै भन्दा धेरै समय चिन्तन र अभ्यास साथै धर्मको विषयमा आफ्नो बुद्धिमत्तालाई अझै गहिरो बनाउनुका साथसाथै एक अर्कालाई यो विकटको समयमा समर्थन गर्न कसरी बिताउन गरेका छ त भन्ने बारे केहि कुरा यहाँ बताउनुहुँदैछ।

## कसरी यसको सुरुवात भयो त

हाम्रो सबै भन्दा पहिलो बैठक जेनुअरी-१८, २०२०, चिनिया नयाँवर्षको अगाडि भएको थियो। जब हामी हाम्रो छुट्टीबाट फर्कियौं हामीले दोस्रो बैठक पनि २ हप्ता भित्र हुन्छ भनेर सोचेका थियौं।

जेनुअरी-२० मा विश्वहरूले कोरोना भाइरस एक मानिसबाट अर्कोमा सर्न सकिने भनेर घोषणा गर्नुभयो र एक्कासि संगरोध सुरु भयो। फेब्रुअरीको पहिलो पहिलो दिनमा, हामीले महसुस गर्नुभयो कि अबको केही महिना बैठक बस्न नहुने भएकाले हामीले केही समयको लागि अनलाईन बैठक बसौं भनेर आग्रह गर्नुभयो।

## योजनाको परिवर्तन

धर्म-स्त्रिमको सुरुवात बेइजिङबाट गरेर बिस्तारै चिनको अरू सहरमा पनि विस्तार गर्ने हाम्रो योजना थियो। यद्यपि, अनलाईन बैठक बस्ने योजनाले हामीलाई सबै ठाउँमा सँगै सुरु गर्न मौका पाएका थियौं। त्यसैले हामीले हाम्रो पहिलो बैठक फेब्रुअरी ४ मा बस्यौं, दिनको तिन शत्र दैनिक। हाम्रो सहरको साथै शंघाई, शेञ्जे, चोंगकींग, गुवानजाउ र कुनमिंगका सदस्यहरू सँगै मिलेर अनलाईन बैठकमा सामेल भयौं।

## अर्थपूर्ण सम्बन्ध बनाउँदै

केही सदस्यहरूले सत्र दैनिक रूपमा उपस्थित थिए भने, कोही दिनकै दुई देखि तीन पल्ट उपस्थित भए। त्यसैले अनुभव बाँड्नु र छलफल गर्नु एकदमै अर्थपूर्ण र निष्कपट बन्न पुग्यो। धेरै नव आगतले यो छलफलबाट आफूले फाइदा पाएको बताएका छन् र यहि उनूहरूको निम्ति धर्म-स्त्रिमलाई निरन्तरता दिने एउटा कारण बन्यो। यसमा अभ्यासकर्ता नभएकाले केहि सदस्यहरूले बुद्धिस्ट पढाई र सिकाई आफूले सोचेको भन्दा भिन्न भएको दाबी गरेका छन्।



फेब्रुअरी-११ देखि सुरुवात गर्ने बेलामा, हामीले दिनको दुई शत्र दैनिक—त्यही दुई सिकाई हेर्दै हरेक दिन ५ दिनको लागि निरन्तर रूपमा बिताएर, त्यस पछि अर्को पाठ सुरु गर्यौं। यसले हामीलाई एउटै शिक्षण १० चोटि हेर्न र सके जति बुझे र छलफल गरेर सिक्ने गर्यौं। यो परिप्रेक्ष्यको हिसाबले हामीले आफूलाई भाग्यमानी ठान्छौं, किनकि हालको अवस्थाले हामीले यसरी हाम्रो समयको सदुपयोग गर्नुभयो।

अझै भन्नु पर्दा, रिन्पोछेको सिकाइबाट मानिसले कसरी आफ्नो दैनिक क्रियाकलापलाई अवलोकन र प्रतिबिम्बित गर्न भनेर जान्दा छन्। रिन्पोछेहरु द्वारा सुनिएका आफ्नो अनुभव र प्रतिबिम्बले प्रस्तुत भएका मानिसहरुलाई प्रभावका साथसाथै उत्साहित पार्दछन्। यदि कोही मानिस आफैसँग निराश हुनुहुन्छ भने, मानिसले खुल्ला रूपमा आफ्नो अनुभव बाँडेर एकअर्काको सान्त्वना दिने गर्दछन्।

हामीहरूले एक अर्काको अभ्यास र जिन्दगीमा समर्थन गर्न बनाएको यो संघलाई वास्तवमै सबैले कदर गर्दछन्।

## अगाडि बढ्दै

अब हामी निश्चित छौं की जब कोरोना भाइरसको महामारी सकिन्छ, बेइजिङ, शंघाई, गुवानजाउ र कुनमिंगका तिन वटा धर्म-स्त्रिमको समूहहरू हुने छन्। मानिसले हाम्रो सङ्घलाई मनपराएका छन्, र हाम्रो सिकाई र समर्थनको कदर गर्दछन्।

आजको रात, मार्च-१५ को साथै हामी अहिले सम्म ९२ सत्र गरिसकेका छौ। हामी र हाम्रो समूहबाट रिन्पोछेलाई धेरै धेरै धन्यवाद दिन चाहन्छौ। धेरै कठिनाइहरू भए तापनि आज हामीले रिन्पोछेबाट सिक्ने एउटा विरलै अवसर पाएका छौ।

यिल्ले, धर्म-स्त्रिमको सहजकर्ता बेइजिङमा, चाइना।।।।

कृपया याद गर्नुहोला: यदि तपाईंले धर्म-स्त्रिमको सहजकर्ता हुनुहुन्छ, मान्छे भेटेरै सम्मेलन गर्न नसकेता पनि समय अनुकूल नभएसम्म ईन्टर्नेट मार्फत् सम्मेलन गर्न चाहनुहुन्छ भने, धर्म-स्त्रिमको संचालक जेस्परलाई [jesper@samyainstitute.org](mailto:jesper@samyainstitute.org) मा खबर गर्न सक्नुहुनेछ।