

## Memelihara Budaya Peduli melalui Penyembuhan dan Membangun Hubungan Relasional



Karya Aksi Sosial Provinsi Maria Diangkat ke Surga, Patna, India, baru-baru ini mengadakan seminar tiga hari yang bertujuan untuk menumbuhkan budaya kepedulian melalui penyembuhan dan pengembangan hubungan relasional. Seminar ini diadakan di Rumah Provinsi yang baru direnovasi, dari tanggal 6 Agustus hingga 8 Agustus 2023. Seminar ini difasilitasi oleh Sr. M. Jyotisha SND.

Tujuh belas suster dari berbagai unit Aksi Sosial di provinsi dengan antusias mengikuti seminar ini. Para peserta berasal dari berbagai latar belakang, masing-masing dengan pengalaman dan perspektif yang unik, sehingga menambah kekayaan diskusi dan interaksi.

**Fokus Seminar "Model Courage RISE".** Inti dari seminar ini adalah eksplorasi *Model Courage RISE*, sebuah kerangka kerja yang komprehensif untuk membangun budaya relasional yang dipopulerkan oleh guru spiritual terkenal Richard Rohr. *Model Courage RISE* didasarkan pada empat komponen penting yang secara kolektif berkontribusi dalam menumbuhkan budaya kepedulian:

**Keberanian (Kebebasan, Kepedulian, Cinta Kasih):** Konsep keberanian dianalisis secara mendalam, dengan menekankan bagaimana keberanian menjadi landasan untuk membangun hubungan yang bermakna dan menumbuhkan suasana kepedulian dan cinta kasih. Para peserta mempelajari pentingnya membebaskan diri mereka dari beban emosional, merangkul kepedulian terhadap diri mereka sendiri dan orang lain, dan mempraktikkan cinta kasih sebagai kekuatan transformatif.

### RISE:

**R untuk Mengungkapkan Kebenaran:** Ditekankan pentingnya komunikasi yang otentik dan keterbukaan dalam hubungan. Para peserta menggali pentingnya mengungkapkan jati diri dan menerima kebenaran dari orang lain, sehingga menumbuhkan lingkungan yang penuh kepercayaan dan menerima kerentanan diri.

**I untuk persembahan diri dalam Penyembuhan:** Menggali proses penyembuhan emosional dan spiritual, sesi ini menekankan pentingnya meluangkan waktu dan usaha untuk pertumbuhan dan penyembuhan pribadi. Para suster berbagi pengalaman dan strategi mereka untuk mengatasi hambatan emosional dan memelihara kesejahteraan pribadi.

**S untuk Mencari Alternatif:** Mendorong pemikiran inovatif dan fleksibilitas dalam hubungan, komponen ini menekankan eksplorasi perspektif dan solusi alternatif. Para suster terlibat dalam kegiatan yang membantu mereka memecahkan masalah secara kreatif dan berpikir adaptif.

**E untuk Mewujudkan Komunitas Tercinta:** Tujuan akhir dari model ini adalah untuk menciptakan rasa memiliki dan komunitas. Para peserta mendiskusikan strategi untuk mewujudkan konsep "komunitas tercinta", di mana setiap individu merasa dihargai, terhubung, dan didukung.

**Pertumbuhan Spiritual dan Membangun Kesadaran akan Tuhan:** Sepanjang seminar, fokusnya adalah merawat jiwa dan menumbuhkan hubungan yang mendalam dengan yang ilahi. Diskusi berpusat pada membangun kesadaran akan Tuhan dan memahami keterkaitan antara spiritualitas dan hubungan. Para peserta mengeksplorasi cara-cara untuk mengintegrasikan praktik-praktik rohani ke dalam kehidupan sehari-hari mereka, membantu mereka untuk tetap berakar pada iman mereka sambil terlibat dengan dunia di sekitar mereka.

**Memimpin Komunitas dari Ketidaksadaran ke Kesadaran:** Aspek penting dari seminar ini adalah menggali kepemimpinan dalam konteks membangun budaya relasional dalam praktik. Para suster terlibat dalam dialog tentang memimpin komunitas dari keadaan tidak sadar menjadi sadar. Mereka mendiskusikan bagaimana kesadaran diri, empati, dan tindakan yang dilakukan dengan sengaja dapat membimbing individu dan komunitas menuju kesadaran yang lebih besar dan pertumbuhan yang berkelanjutan.

**Manfaat dan Hasil Seminar:** Manfaat dan hasil dari seminar ini sangat mendalam dan luas. Para suster yang berpartisipasi memberikan tanggapan yang sangat positif, menggambarkan pengalaman tersebut sebagai perjalanan penyembuhan dan pembaruan. Seminar ini memberi mereka perspektif baru dan alat yang tak ternilai harganya, menanamkan rasa tujuan dan komitmen yang diperbarui untuk pelayanan mereka. Selain strategi praktis untuk membina hubungan yang bermakna, seminar ini juga bertindak sebagai penggerak transformasi pribadi, memberdayakan para suster untuk menjalankan peran kepemimpinan yang mendorong pertumbuhan dan penyembuhan di dalam komunitas mereka. Perjalanan transformatif ini ditandai dengan upaya menggali ke dalam diri, berani mengakui kerapuhan, dan berani menerima kekurangan di masa lalu. Para suster menyadari bahwa, terlepas dari dedikasi mereka kepada orang-orang dalam pelayanan mereka, mereka kadang-kadang gagal menjadi pemimpin rohani yang efektif. Kesadaran yang baru ditemukan ini menerangi kesenjangan yang penting, menyoroti kebutuhan mereka untuk beralih dari semata-mata memenuhi kebutuhan material komunitas untuk juga memelihara kesejahteraan spiritual mereka. Seminar ini berfungsi sebagai penyadaran yang mendalam, mendorong para suster untuk melihat ke dalam diri mereka sendiri dan melihat ke depan dengan tujuan yang baru, menawarkan visi dan wawasan untuk menjembatani kesenjangan dan memulai jalan yang lebih menyeluruh dan berkelanjutan.

Ditulis oleh: Suster Deepika SND