



兜率天修行林 Tusita Hermitage



KUCHING BHAGAVAN BUDDHIST SOCIETY

PERSATUAN PENGANUT AGAMA BUDDHA BHAGAVAN KUCHING

古晋菩提法苑 Reg No. 543

Lot 659, Block 9, Matang Land District, Sin San Tu A Road, Batu Kawa Matang Road, 93250 Kuching,
P.O. Box 361, 93706 Kuching, Sarawak, Malaysia.

Website : www.bhagavan.com.my, www.tusitainternational.net Email : jongiji@gmail.com

Tel : (6012)-847 9942

比丘與沙彌的行為準則

設定以下的行為準則是為了讓學員們能夠從修行林的和諧氣氛中獲得最大的利益。在提供以下資訊的同時，我們也獻出最深的祝福，希望大家能夠在法上有成就。

前言

在修行林裡的教導方式是很東方傳統式的。所有的學員都應該帶著一個真心到來，隨順這裡的訓練與文化。來什麼接什麼。法的訓練意味著要放下自我與我慢，克服煩惱。唯有那些能夠誠實地、嚴格地遵從此行為準則的人才應該申請來求學。未準備全心全意地奮鬥的人只會浪費他們的時間，甚至干擾到認真修行的人。

所有新到修行林和已離開修行林超過三個月時間的南傳出家眾（不包括僧伽護教團邀請來修行林教導法和律的導師們）必需在抵達修行林後，個別地向每一個現有的比丘請教學法。一天一位，從戒臘最高的比丘開始，直到戒臘最小的比丘。這樣做至少三輪。

兜率天僧伽護教團可以請任何不適合的住眾離開。

教法與修行

在兜率天修行林只有兩種住眾：導師與學生。沒有常住淨人或法工。修行林將提供最好的禪修環境。所有佛法和戒律的導師都必須得到兜率天僧伽護教團的邀請。通過一致的議決，兜率天僧伽護教團決定，所有的禪修教法必須受到帕奧禪林承認的禪師團所認可。

接受導師

在禪修期間，在禪修期間從導師的指示、條規、行為準則與禪修時間表。唯有具備了完全合作的態度和真心的奮鬥，學員才可能精進且透徹地修行。對導師與教法擁有這樣的信心是非常重要的，這樣學員才能夠得到正確的指導和保護。來參加禪修的學員必須完全依照導師的指示來修行，不可以自己增減任何步驟。如果有任何疑問或迷惑，都應該去見導師來解除它。

通報異常的責任

在禪修期間，若學員知悉任何人有異常的舉止或犯戒行為，學員責任通報導師。

修行林的管理

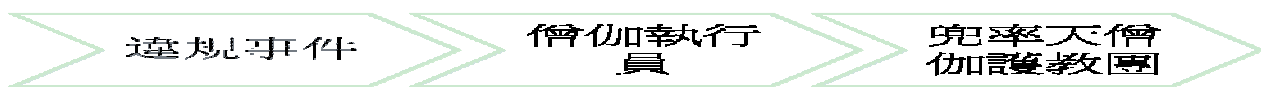
- 兜率天僧伽護教團管理兜率天修行林及其附屬的修行林。它的主要角色是給予古晉菩提法苑在法上的領導，以及確保修行林的運作有效率，以便為所有的學員提供最好的禪修環境。

僧伽執行員是由僧伽護教團所委任，以輪任的方式協助修行林的運作。

僧伽執行員的責任：

- 作為修行林的暫時聯絡人
- 代表兜率天僧伽護教團執行所做的管理決議
- 作為管理員，幫助修行林裡的所有住眾

違反條規解決程序



每一位學員必需向僧伽執行員舉報任何違反兜率天修行林條規的事件和行為。為了讓學員能夠更專心地修行，學員不可自己處理或管理任何違反條規的事件和行為。學員必需通知僧伽執行員。

流通佛書、光碟等等

流通佛書、光碟或相關物品是兜率天僧伽護教團專有的護教權力。如果沒有親自得到僧伽護教團同意，請勿帶這樣的佛法物品來派。

戒清淨

在進來修行林之前，所有的比丘與沙彌都必須捨掉所有形式的金錢，以及一切不依戒得來的物品。所有的學員都必須持守四遍清淨戒，因為這是止觀禪修的基礎。四遍清淨戒是：

1. 比丘必須守比丘戒；沙彌必須守十戒及七十五眾學法。
2. 守護眼、耳、鼻、舌、身、意六根門。
3. 活命遍淨戒（正命）——依戒的活命。
4. 省思衣、食、住、藥這四種資具的用途（及適量運用）。

每日誦經

所有學員一定要參與早晨誦經。誦經是一種保護，也是法的溫習。

禁語

除了禪師與僧伽執行員，以及除了在每星期的佛法分享會，學員們必須在禪修期間從頭到尾都遵守禁語。禁語是身、口、意的禁語。無論任何形式的溝通，無論是肢體語言、寫字條或做手式都應該減到最低。

瑜伽與運動

所有的學員都必須每天運動。寺院的建議是每天運動一到兩個小時，至少三十分鐘。雖然瑜伽所帶來的健康對禪修有幫助，最好還是請教禪師，看哪一些瑜伽的姿勢比較適合個別禪修者。對於各種氣功也是一樣。

儀式及其他修行

在禪修期間，必須完全中止一切道場未提倡的儀式、醫療方法及其他禪修方法。這包括唸咒、斷食、針灸或其他醫療方法。例外必須得到禪師的允許。

電器

如果帶來電腦、手機、掌上電腦（PDA）及能收電台的電器，必須在抵達時就把它們交給僧伽執行員。唯有得到僧伽執行員特別允許之下，才可以用這些物品。

住宿、需用品、健康與外出

關於一切住宿、需用品、健康與外出的事情，請向僧伽執行員諮詢。

接觸外界

在整個禪修期間，學員必須留在修行林裡。唯有得到僧伽執行員及禪師的特別允許，才可以請假。必須中止一切的電話、信件及與訪客接觸。如果有緊急的事情，學員應該立刻找僧伽執行員商量。如果沒有得到僧伽執行員的允許，學員不可以接觸古晉菩提法苑的理事、會員或其他信眾。

食物

對於信眾供養的食物，學員必須如理地省思，珍惜它，不可挑剔。如果因為有病，醫生開了特別的食物療法，學員必須在申請參加禪修的時候，就先通知僧伽執行員及報名負責人。修行林或許能，也或許不能滿足特別的需求。托鉢的排隊次序：南傳比丘、南傳沙彌、北傳出家眾、居士。入村托鉢時，學員必須帶身份證或護照。

閱讀與書寫

在禪修期間，學員不應該閱讀與書寫，除了自己的禪修報告。在禪修期結束後，歡迎學員帶回免費流通的佛書等物品。

輔助的佛法開示

學員可以向禪師請求允許聽佛法開示的錄音。請找僧伽執行員拿取 MP3 錄音。

留下個人的物品

如果有需要收藏個人的物品，學員可以和僧伽執行員商量。修行林可以幫學員收藏東西一年。如果要收藏更久的時間，學員必須再次獲得僧伽執行員的允許。**然而，由於修行林的空間有限，未和僧伽執行員商量就留下來的物品，以及收藏超過一年又沒有再次得到允許收藏更久的物品，都自動被視為已經捨掉了。**對於這些物品，僧伽護教團可以任意處理。

願這些資訊能夠幫助大家在禪修期間得到最大的利益！

願眾生快樂！

在此，本人 _____ 同意接受此「行為準則」裡所列出來的一切條件與規則。

簽名： _____

日期： _____