

2022 精进禅七

百丈山国际参禅中心
(吉隆坡)

31/05/2022 订定

报名简章:

中国禅宗始于达摩西来，衣法流布至南宋大慧宗杲，拈出祖德明心见性之法，直指看箇话头、疑情顿发、破疑开悟是成佛之道。

慧门禅师亲授「看话参禅」，搭配坐香、跑香、提撕、棒喝逼拶、作务习禅、山水行禅，在行住坐卧中行细行，或借助宇宙自然的宁静，以虚空为禅堂，以大地为蒲团，引导行者往内心深处探索圆融自性，带领您走一趟开悟之旅。

- 1) 主七和尚: 台湾百丈山力行禅寺方丈、临济宗第 43 代、曹洞宗第 49 代法嗣 上演下中和尚。
- 2) 维那和尚: 台湾百丈山力行禅寺法师/如济法师。
- 3) 联办单位: 马来西亚佛陀教育基金会、台湾百丈山力行禅寺、力行禅宗大学、新加坡国际禅宗协会。
- 4) 承办单位: 马来西亚看话参禅护法会
- 5) 禅修课程: 看话参禅 (参禅顿悟法门)，初级班及精进班。
- 6) 参加资格: 年龄十八岁以上在家信众、僧尼，对参禅法门有兴趣、愿学习、愿接受者，皆欢迎参加。若有「身心障碍」或「重大、罕见、可能突发、食物过敏的疾病史」或其他特殊身心状况与需求，请在报名表格附带说明。罹患心理疾病、严重疾病、传染病、孕妇，请勿报名。
- 7) 禅修日期: 2022 年 6 月 16 日 至 7 月 6 日
(可选择参加全程、1 个七或 2、3 个七)。
一七: 6 月 16 日- 6 月 22 日 (三)
二七: 6 月 23 日- 6 月 29 日 (三)
三七: 6 月 30 日- 7 月 6 日 (三)
- 8) 放香日: 6 月 22 日、6 月 29
- 9) 报到时间: 6 月 16 日下午 2 点 至 4 点或放香日下午 4 点前报到。
来自外坡或交通不便的同参可提早于 6 月 15 日下午 2 点至 4 点报到 (报名表格需注明)。
- 10) 解七时间: 7 月 6 日 下午 2.00 点。

- 11) 禅修营地： 百丈山国际参禅中心（吉隆坡）。
Viriyachan International Center, Kuala Lumpur
Dusun Tekali, Hulu Langat Selangor, Malaysia
- 12) 招收名额： 40 名，额满为止。
- 13) 活动费用： 欢迎随喜乐捐赞助住宿、膳食等费用（出家众全免）。
赞助善款请支付： Buddha Sasana Foundation
丰隆银行户头号码： 179-000-2809-9
汇款收据请 whatsapp: 011-3228 3882/ 3881/ 3880
或电邮: info@buddhasasana.org.my

14) 报名方式（已经额满）：

- a. 请链接 www.buddhasasana.org.my 点击相关活动的报名程序， 或
b. 把填妥的报名表格电邮至 info@buddhasasana.org.my， 或
c. 扫描二维码报名



- d. Wechat 微信/ WhatsApp 报名格式（发送到 WeChat ID: BSF_official / 011-3228-3882/ 3881/ 3880）：
姓名(中)+Name(英)+身份证号码+手机号码+电邮地址+住家地址+特殊身心状况/需求+紧急联络人（中英姓名+关系+身份证号码+电话）
（比丘、比丘尼众请单独注明）。
- e. 联络以下报名负责人：
秘书处 011-3228 3882 行政处 011-3228 3881 / 3880

15) 学员须签具「2022 精进禅七学员行前切结书」（详如附录一）。

16) 廿一岁以下者，家长须签署「2022 精进禅七家长同意书」（详如附录二）。

17) 交通指引：

- a. 自驾车：请用 waze 导航 (GPS: 3.139203, 101.868547、Waze: Dusun Tekali, Ulu Langat)。
- b. 乘坐 MRT 到 Taman Suntex，到站后转搭 Grab/Taxi 到参禅中心（约 20km）。
- c. 吉隆坡国际机场乘坐机场出租车到参禅中心，约 80km。
Airport Taxi: 1-3 人约 RM150, 4-8 人约 RM250。Grab: 1-3 人约 RM80。
- d. 吉隆坡国际机场轻快铁航线到 Bandar Tasik Selatan
KLIA Transit: 约 RM38.40，到站后转搭 Grab 到参禅中心(约 RM35)。
- e. 来自国外同参集体报到可向主办单位申请协助安排交通接驳。

2022 精进禅七入营行前切结书

敬致《2022 精进禅七》学员：

欢迎参加由马来西亚佛陀教育基金会和百丈山力行禅寺联合主办的「2022 精进禅七」，报名之前，请您仔细阅读及注意以下事项：

1. 有身心障碍者报名时须据实陈述，若报到时或禅修期间有所发现未据实说明者，主办单位保留权利拒绝接受报名，或已报到者将一律请其退出离营。
2. 完成报到手续后，须全程参与主办单位规划之课程与活动，并遵守规约及作息表，中间不得无故脱队或离营。
3. 活动期间，请注意自身安全。若因故脱队或离营，必须事先取得主七和尚同意。
4. 活动期间严禁使用手机、电脑、电子设备等通讯器材。
5. 请勿携带贵重物品，若有损失，主办单位不负任何责任。
6. 活动期间，贵重物品（护照、机票、钱包、手机等）统一交由主办单位保管（建议用袋子装在一起，写好名字，以便解七后领取）。
7. 禅修营期间一律禁语。
8. 学员可将以下负责人之电话号码提供于家人作为紧急联络之途：
秘书处 011-3228 3880/3881/3882、
黄宝钻 012-673 6225、黄圆尚 019-221 6565
9. 请记得携带以下物品：
 - a) 冷、热水瓶、盥洗用品（沐浴露、牙膏、牙刷）、纸巾、女性生理用品、自用药品。
 - b) 御寒外套/寒衣、披肩、宽松衣裤，抹汗面巾、浴巾、毛巾（禅堂护脚用）。
 - c) 室内跑香鞋（干净跑步球鞋）、室外步行鞋、袜子、拖鞋、手电筒。
10. 主办单位有安排衣物送洗服务（每个七 RM40，出家众全免）。
11. 请自备床单、枕头套、睡袋/棉被、盖脚毛巾。如果需要主办单位提供者，请另随喜赞助清洗费（出家众全免）。
12. 由于禅修场地位于郊外，购物不方便，请确保以上物品准备齐全。
13. 主办单位备有慧门禅师著作、视频机和 DVD 供学员请购。
14. 为确保活动顺利开展和遵循国际惯例，外籍学员请务必在自己的国籍地买好意外保险。
15. 禅修营地属农业地农舍，故安全设施未必到位，活动期间，主办单位将尽力注意营员安全问题，如发生意外事件及私人物品的污损（包括私人物件和汽车在内）主办单位恕不负责。
16. 为考虑大众的健康安全，学员必须遵守本中心对 Covid-19 流行性阶段所增设防疫措施（详如附录三）。
17. 主办单位保留录取权。

注：吉隆坡参禅中心气温约 22°~30°C。



附錄一

2022 精进禅七入营行前切结书

本人已充分了解「2022 精进禅七入营行前切结书」之内容,并同意参加贵单位规划之所有课程活动,且遵守相关规约。

本人也了解禅修营地属农业地农舍,故安全设施未必到位,活动期间贵单位将尽力注意营员安全问题,如发生意外事件,本人同意不向贵单位追究法律责任。

(学员签名)

姓名:

身份证号码:

日期: 2022 年 月 日

附錄二 (供廿一岁以下学员填写)

2022 精进禅七家长同意书

本人已充分了解「2022 精进禅七学员行前切结书」之内容(详如附录一),并同意小儿/小女于 2022 年 6 月 16 日至 7 月 6 日期间,参加贵单位规划之所有课程活动,且遵守相关规约。

本人也了解禅修营地属农业地农舍,故安全设施未必到位,活动期间贵单位将尽力注意营员安全问题,如发生意外事件,本人同意不向贵单位追究法律责任。

(家长/监护人签名)

(学员签名)

姓名:

身份证号码:

日期: 2022 年 月 日

电话:

姓名:

身份证号码:

日期: 2022 年 月 日

电话:

附錄三

Covid-19 流行性阶段增设防疫措施

1.0 抵达中心之前:

- 1.1 所有同参必须完成接种疫苗；完成两剂疫苗者报到前须已间隔至少 21 天，完成加强剂疫苗者，报到前需有至少 10 天间隔。
- 1.2 有以下状况、症状者，请不要报到：
 - A. 已经确诊冠状病毒、未痊愈者。
 - B. 抵达前 7 天内与上述“A”有过密切接触者。
 - C. 抵达前 5 天内与上述“B”有过密切接触者。
 - D. 有不适、发烧、咳嗽、寒战、头痛、喉咙痛、流鼻涕、腹泻、疲乏、恶心或呕吐、鼻塞、气短、味觉或嗅觉丧失、肌肉酸痛、身体酸痛、不明原因的丧失食欲或其他疑似冠心病症状，包括刚康复者。
 - E. 刚从海外回国（5 天内）或仍在隔离期者。
- 1.3 确诊者康复后须间隔至少 14 天才能报到，或诊所医生以 RTK 检测呈“阴性”日期的 7 天后才能报到。
- 1.4 必须在抵达前 24 小时进行快速抗原检测（Rapid Antigen Test）或其他适当的检测，结果须为“阴性”才能报到。
- 1.5 请填写、回答 **COVID-19 Declaration Form**（冠病风险评估问卷）（附錄四），待填写以上（1.4）结果后，把电子版传给秘书处，或在抵达时把填写完毕的问卷呈交给报到处柜台的服务人员。

2.0 在中心时:

- 2.1 所有同参必须每时每刻严格遵守 SOP 标准操作程序。
- 2.2 虽然根据政府的新规定无需测量体温、戴口罩或保持社交距离等，但为了各方的健康安全，鼓励同参经常监测自己的体温和/或血氧水平，并继续戴口罩和保持适当的社交距离，如发现身体有任何异常，请及时向主办单位和本中心负责人报告，以便采取进一步行动。
- 2.3 若有出现与上述 [1.2] 项类似[D]的症状，必须向主办单位和本中心负责人报告以便采取进一步行动。

4.0 取消:

若中心附近的区域/雪兰莪/马来西亚的疫情再次飙升至本中心认为会令人担忧的程度，本中心保留取消、停止或延后该活动权力，若因而有造成任何不便或损失皆不受理。

BSF Retreat Centre COVID-19 Declaration Form

(To furnish soft copy before arrival OR submit hard copy upon arrival)

Name (As per IC):	Tel/HP Contact:	Date:
NRIC No.:	Type of Transport: *Own Car/*Grab/*Carpool	Car Registration nos:

COVID-19 Risk Assessment Questionnaire

1	Have you been FULLY VACCINATED at least 21 days OR if with booster dose at least 10 days, before this date of arrival?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
2	Were you previously diagnosed with coronavirus (Covid-19)? If Yes, when were you recovered? <i>(must have been fully recovered at least 14 days before arrival).</i>	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
	Date: _____																					
3	Have you, or anyone in your household, had close contact with person of confirmed or suspected case of COVID-19 within the last 7 days?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
4	Do you, within the last 5 days, have had close contact with person in close contact with person of confirmed or suspected case of COVID-19?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
5	Have you, or anyone in your household, have had any one of the below symptoms during the past 7 days? <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <td style="width: 25%;">Fever</td> <td style="width: 25%;">Cough</td> <td style="width: 25%;">Chills</td> <td style="width: 25%;">Headache</td> </tr> <tr> <td>Sore throat</td> <td>Runny nose</td> <td>Diarrhea</td> <td>Fatigue</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Nausea or vomiting</td> <td colspan="2">Nasal congestion</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Shortness of breath</td> <td colspan="2">Loss of sense of taste/smell</td> </tr> <tr> <td colspan="2">muscle pains or aching body</td> <td colspan="2">Unexplained loss of appetite</td> </tr> </table> If yes, when were you fully recovered? _____	Fever	Cough	Chills	Headache	Sore throat	Runny nose	Diarrhea	Fatigue	Nausea or vomiting		Nasal congestion		Shortness of breath		Loss of sense of taste/smell		muscle pains or aching body		Unexplained loss of appetite		<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
Fever	Cough	Chills	Headache																			
Sore throat	Runny nose	Diarrhea	Fatigue																			
Nausea or vomiting		Nasal congestion																				
Shortness of breath		Loss of sense of taste/smell																				
muscle pains or aching body		Unexplained loss of appetite																				
6	Are you newly returned from overseas within the last 5 days (excluding Singapore) or still under quarantine period?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
7	Have you done any Rapid Antigen Test (Self-test) or other appropriate recognised tests within the last 48 hours? If Yes, what was the result?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No																				
	_____ <i>*Positive / *Negative</i>																					
8	Declaration: <i>I, the above named, hereby declare that the information furnished above are true and correct.</i> _____ <i>Signature & Date</i>	Rapid Antigen Test Results <i>(Upon arrival)</i> Date of Test: _____ <div style="display: flex; justify-content: flex-end; align-items: center;"> <input type="checkbox"/> Positive <input type="checkbox"/> Negative </div> Checked by: _____																				