

Tusita

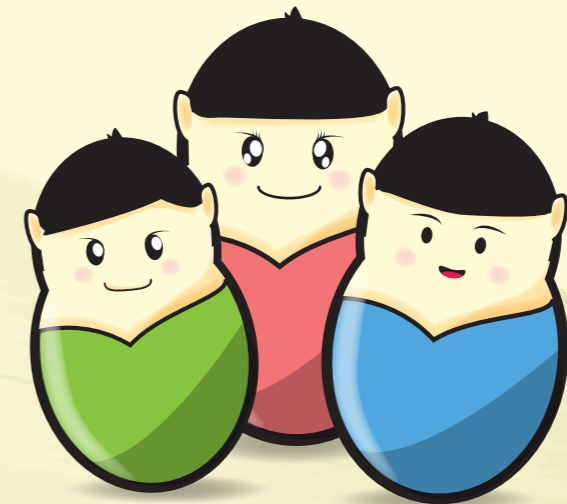
FOUNDATION
兜率天基金会

普度苦难，献出真惠
LIBERATE SUFFERING AND SHOWER TRUE WELFARE



一个为弱势，不幸群体
及周边社区而设的福利计划

*A welfare project for the despondent
the disadvantaged and their
surrounding community*



背景

于二零一四年七月二十六日，兜率天青年团探访济世之家，一个由天主教修女带领的残障院。那次的探访经验触动了吉祥尊者的心旋，让他回忆起那封尘的愿；如果条件允许不要忘了帮助弱势群体。兜率天基金会因此诞生。一个为弱势群体，残障人士及周边社区带来阳光与温暖的计划。若要了解完整的故事缘起请看 附页A

兜率天基金会

兜率天基金会是一个由马来西亚法学会所发起成立的慈善基金会。此基金会是为了：

- 帮助弱势群体接受他们的状况和找寻生命的那一线希望。
- 帮助弱势群体自助并同时激励他人。这两者息息相关，同样重要。
- 从参与志工开始，培育一个关爱社会

马来西亚法学会

马来西亚法学会现今监护着兜率天修行林，一个在二零零八年七月成立的上座部佛教禅修中心。马来西亚法学会的前身是古晋菩提法苑。这团体有三十多位比丘和尼师。在家众则大约二十至五十人。若想了解组织结构，请参考附页B。

兜率天之村

兜率天基金会 将以兜率天之村的概念落实。它涵盖兜率天四周的八十英亩地。兜率天之村除了为残障人士建造住处及训练设施，我们也希望设有可以开放给公众和欲参与残奥会的运动员使用的运动与休闲设施。兜率天之村蓝图请参考 附页C。

兜率天修行林

兜率天修行林坐落于马当外围，距离砂拉越古晋国际机场大约三十分车程。现有男众禅堂（兜率天2），女众禅堂（兜率天1），以及青少年活动中心（兜率天3）

展望，使命与价值观

展望

我们期望看见

1. 弱势群体及社工们以身作则，为他人树立良好榜样。用自身的努力与成就领导及激励他人。呈现出生命的无限可能。
2. 弱势群体帮助同样身陷逆境之人并对社会作出贡献。
3. 沮丧抑郁者在祥和的庇护中找到心灵的慰藉
4. 所有经营伙伴和平共处，一起创造互敬，包容，喜乐的大环境
5. 一群慈悲热诚的社工体证崇高的精神品质/法的力量

使命

为了达到展望，我们的使命是，

1. 开拓与培育弱势族群的无限潜能
2. 针对个别所需，帮助每位弱势族群提高自身能力并能为经营伙伴提供服务。
3. 为沮丧抑郁者提供精神支持，帮助他们克服心里的无助感
4. 为居民和访客提供舒适宁静的环境。让他们可以在入住其间持守不杀生，不偷盗，不淫，真实，不滥用麻醉品的道德准则
5. 鼓励社工们提升善心，真诚，慈悲，无我的品德

价值观

我们致力于

1. 社会和谐 - 本着爱与慈悲为怀，以超越种族，宗教与财富的高尚情操，帮助所有残障人士和沮丧抑郁者
2. 征服人性的弱点同时点燃人类的光明之灯 - 提倡人类无私的爱，真诚的慷慨，和人道的本性。透过给每个人真诚服务的机会，我们可以克服人性的自私与残酷。
3. 保护环境 - 在做硬体建设的时候尽量把它对环境的影响减到最低。

* 经营伙伴：残障，老年，临终病人与家属，支援团体（志工和福利人员），组织伙伴和周围本地族群都属于本计划的经营伙伴

策略

此项计划将会分阶段进行

- 第一阶段将会成立残障人士训练中心. 我们会从接纳小部分的轻微残障人士开始, 之后再扩展至接纳比较重度残障的人士.
- 第二阶段会接纳临终关怀的末期病患. 给予心灵上的帮助, 让病患可以安宁地度过生命的最后阶段.
- 第三阶段则扩展现有的容量以接纳老年人
- 第四阶段则集中在边缘少年及孤儿.

组织 / 法律

在马来西亚法学会 (MDS) 的发起下成立兜率天基金会.

这项议程预计将会于2014年11月23号的特别会员大会通过. 接着, 将呈交给公司注册局等候批准.

兜率天基金会的董事局和组织结构预计将会在2015年1月1号完成.

基础

尼泊尔雪山会议

尼泊尔雪山会议开放给所有对此计划感兴趣的人士, 包括理事成员, 有意成为社工者 (本地或海外人士) 和筹款集资人士. 策略里程碑将会在会议中商定. 详情如下:

日期: 13-16. 12. 2014

地点: 鱼尾峰, 尼泊尔

资格: 十八岁以上, 耐寒, 耐高, 不分国籍, 有颗热诚与帮助他人的心

建设 / 运作

第一阶段 - 残障人士



我们寻求支援于残障人士的潜能发展

- 在以下领域: 教育, 艺术和手工艺, 技术技能, 企业和运动
- 我们将给予: 相关训练, 领域接触, 提供相关器材和设施.
- 让他们展现才华: 公开演讲, 艺术展, 表演, 音乐, 网络生意和运动竞赛



培训

残障人士将参与一系列由受雇或自愿提供服务的专业人士所主办的训练课程. 这项课程将延续直到他们可以进行自我训练为止. 我们期望与其他残障中心合作. 凭借着有经验的专业培训人士的宝贵经验共同培训残障人士.



增广见闻

在情况允许之下, 残障人士将有机会参与国际交流计划. 他们可以到拥有更完善器材的残障中心接受更专业的训练/领域接触



器材

志工人员或有相关知识/兴趣的残障人士可以通过改良日常生活所需的器材, 让残障人士在生活技能上更得心应手. 这可以是针对个人所需或给不同残障部位都通用的改良器材. 举例, 提供手部截肢人士使用的改良占板或是为坐轮椅人士改良的拖地吧.

这里除了设有西式医疗器材的复建室之外, 我们也将备有可以利惠及到残障人士的传统疗法



手写工具



单手用的占板



改良后的器材



有灵活性的水龙头



改良收纳柜

设施

这里的发展中心将会方便轮椅使用者出入。二楼保留给服务群体。那里将会有一个聚会厅并分隔成几个教室空间。残障人士有需要的话，也可使用这诺大的聚会厅。一楼则会作为残障人士的日常活动空间。发展中心蓝图可参阅附页D



第二阶段 - 临终关怀

马来西亚严重缺乏高品质的临终关怀服务。我们将透过生理和语言上的关怀与交流，让病患得到身心灵的慰藉，这包括辅导治疗，医疗资源，器材设施和专业医疗护理

生理和语言关怀之辅导治疗

虽然对于临终关怀病患的生理病况，我们可以做的不多。但，我们可以帮助病患做好情绪管理。让他们在平和的心境中善终。至于忧郁症或想在抉择上寻求建议的病患，我们则希望自愿专业辅导员可以提供援助

医疗支援，仪器和设施

我们将给予适当的医疗援助，以减轻身体的病痛

专业护理

我们将聘请合格专业护士照料病患

第三，四阶段 - 年长者，边缘少年和孤儿

兜率天修行林现在已有四位老人居住。第三阶段将延伸此计划，以我们现有的经验收纳更多的年长者入住兜率天之村。给予应当的照料。

第四阶段则会专注在边缘少年和孤儿援助计划上。在实施以前，此计划还需更多的钻研以收集更详尽的资料

筹款项目

第一阶段 - 残障人士

认养家园计划

计划将包含一些住宿单位以供个人或企业认养。这些家园将作为残障人士交换计划和参访志工的住宿之用。所有前来发展中心提供任何形式自愿服务的人（包括认养者）都属于参访志工



- 为服务团体，认养参访之家
- 为残障人士的家人，认养爱心居家

依据认养者的意愿，认养的住宿单位可以作为参访之家或爱心居家。除了特殊情况，参访之家将开放给敬仰的认养者和他的家人，朋友或员工们前来短暂居住。爱心居家则会先开放给参访者居住直至它转换成残障人士和其家人的永久居所。爱心居家的认养者仍然可以居住在任何一间空着的参访之家或其他住宿单位。

此计划的筹款项目将分成土地收购资金和建筑经费。

设施租赁

在残障人士和支援团队没有使用聚会厅和教室的前提下，它将开放给企业或企业认养者申请使用。这些空间可以作为下列一次性用途：会议，简报，展览，团队建设与训练活动。批准准则将依据活动性质是否影响发展中心宁静舒适的环境和住户的日常生活。这里的住宿不开放租赁，但它开放给所有来这里当志工的参与者。我们鼓励所有需要设施租赁的活动都可以融入志工服务的环节。如有需求的话，也可预订外卖餐饮服务。但，我们提倡参与者和残障人士一起用餐并利用这个机会彼此交流。

这一方面的基金会用来资助一切营运发展中心所需的费用

第二, 三, 和四阶段 - 临终关怀病患, 年长者, 边缘少年和孤儿

目前, 这三个阶段还没有详尽的筹款计划. 发展中心将会扮演跳板角色. 在这里提及这三个阶段是为了提高意识, 作好初步的准备

财政

第一阶段 - 残障人士将分三期进行. 认养家园计划所筹得的基金预计将能涵盖第一期和部分第二期的所需费用.

- 第一期将着重在筹款, 收购土地, 地形测量/考察, 建筑策划和设计
 - 预计认养家园所筹得的基金: RM 8百万
 - 第一期(第一阶段)费用预算: RM 5.5百万
- 第二期将开始建设工程, 聘请社工和接收第一批残障人士
 - 第二期(第一阶段)费用预算: RM 3.5百万
- 第三期则会增收残障人士
 - 第三期(第一阶段)费用预算: RM 2.5百万

* 请参阅附页E以获取更多详情

接下来的阶段, 这里没有提供更详尽的费用预算. 但我们预料第二阶段(临终关怀病患)之第一期和第三阶段(年长者)将和第一阶段之第三期同时进行

- 第一期费用预算(第二阶段): RM 8百万
- 第一期费用预算(第三阶段): RM 6百万

兜率天基金会从第一阶段到第三阶段之第一期总计预算为 RM 25.5 百万

如何助我们一臂之力

关怀残障人士?

公益旅游

一个新兴的家庭或企业旅游休闲方式. 来这里度假将给您带来身心灵的富足与愉悦

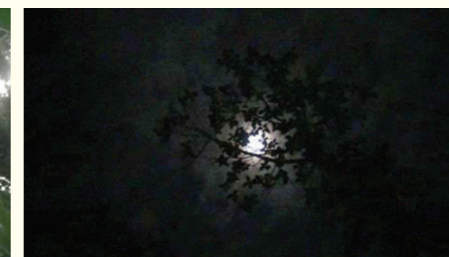


我们提倡让生活 and 心灵回归简单. 服务志工可以选择住在发展中心一楼的卧房或者空出的参访之家. 我们鼓励您在兜率天之村助建房子. 这里没有电视但大家可以重温旧时的一些小玩意. 比如, 乐趣无穷的棋牌游戏

每天的早餐和午餐都是以百乐餐聚会的方式在禅堂进行. 您可以选择带一两样菜肴或者在那里分享您的厨艺. 除了当地慷慨布施者带来的多种水果之外, 您也有机会品尝在某些季节出产的道地水果. 兜率天修行林也有自种的榴莲树. 当季节来临时, 这些水果将很丰盛地呈现在午餐桌上. 平日里, 这里也有自产的新鲜有机蔬果. 除此之外, 您也可以参与我们的烹饪活动. 然后, 和残障人士共同享用午餐并帮助他们进食.



和大自然零距离接触!
在兜率天之村呼吸清新的空气, 芬芳的芬多精



仰望星光闪烁的夜空



在临近的农园漫步.
附近也有许多等待您来发掘的远足小径



喜爱观赏鸟类自然生态的朋友或业余摄影爱好者将会被这里的半野生动物所吸引, 并找到其中的乐趣. 多数的星期天, 我们都会在兜率天修行林道场或临近的河流举行放生仪式. 这些被解救的生物都是差点被当成食物或传统药材的. 我们的志工每个星期定期到市场把它们买来放生.



在池塘边，看着锦鲤鱼悠悠地游来游去是何其悠闲的时光。在夜里，瞧见一闪一闪，漂浮的小小萤光。那定是萤火虫在夜空中为您翩翩起舞。竹节虫更是这大自然的常客之一。在这里也可以享受大自然的音乐盛宴。在一天中不同的时段，您都可以听到悦耳的鸟鸣声。夜间，就让蟋蟀奏鸣的大自然交响乐伴您入眠。



您也可以来趟单车之旅。租借一辆单车骑到不远的马当瀑布歇息，野餐。或者，可以到距离一个小时车程的加丁山国家公园远足。



想体验双手沾满泥土的园艺之乐吗？那就一起来耕种，采集果实。如果，您也是绿手指之人，那么这将会是最适合您伸出援手的一个环节。擅长园艺技术的您，可以帮忙改造/修复适用于残障人士使用的园艺工具。无论是艺术，设计，语言或音乐，我们都怀着相同的热忱。任何一方面，我们都欢迎您和残障人士分享属于您的专业知识和技术。



这里也有多项常年活动供大家参与。比如一年一度的兜率天海边会议，电影之行，青少年萤火会，中秋节同乐会和健身练习班。您可以配合以上的活动安排到访的行程。在做志工服务的同时，和我们的残障人士一起同欢乐。

企业

离开沉闷的办公室，安排三天两夜员工旅游或常年会议。在这里，您可以主办一系列的团队建设活动。让全体员工在舒缓工作压力之余，增进彼此之间的交流，增加团队的凝集力。任何相关职场训练如六标准差管理训练，员工审核和安全与技术课程均可安排其中。感兴趣的残障人士也可参与活动，从中学习职场技能。

如果贵公司有意捐助任何有利于智障者的仪器或产品，欢迎您与我们联系。

残障人士

来吧，让我们携手共献爱心！让我们知道你感兴趣的领域，我们会协助您发掘自我潜能，发挥所长：

- 如果您是立志关怀弱势族群的专业人士或拥有相关工作经验者，欢迎您加入我们。
- 从事教育或艺术行业的您，正因为没有适合的场地开办课程或展览吗？您可以和我们商讨，也许我们可以提供适合的场所。
- 商界的朋友们，欢迎您来访并提供名片。我们会让您和残障人士交流，合作。
- 情况许可之下，我们会优先提供就业机会给残疾人士和家里有残疾人士的经济支柱。让他们来这里当福利人员。
- 如果您本身是残疾人士又是家里主要经济来源，而这里也有空位的话，您可以选择入住这里的住宿。

其他的残障院

请和我们分享您在这方面的宝贵经验。如果您愿意和我们分享多余的器材和用品，我们将欣然接受适用的产品。我们也很需要可以帮助栽培残疾人士的专才。如果您想参与国际交流计划，更欢迎您和我们接洽。

联络方式

无限欢迎，您和我们分享参与此计划的意愿和伸出援手的方法。如欲询问更多详情，请联络我们。

联络人 : 田婷婷
 联络电话 : +6016-7723 889
 电子邮箱 : tusitafoundation@gmail.com
 邮件主题注明 : 兜率天基金会
 网址 : www.tusitainternational.net

至于捐款事项，您可以选择透过以下方式：

1. 填写一份爱心捐款承诺书。承诺在兜率天基金会正式成立后，再把款项交给我们。

联络人 : 陈薇妮
 联络电话 : +6011-3186 3282
 电子邮箱 : tusitafoundation@gmail.com
 邮件主题注明 : 兜率天基金会 - 承诺书
 网址 : www.tusitainternational.net

2. 现金与支票捐助

联络人 : 黄芝媚
 联络电话 : +6012-886 7353
 电子邮箱 : tusitafoundation@gmail.com
 邮件主题注明 : 兜率天基金会 - 现金/支票
 网址 : www.tusitainternational.net

附页 (A) 兜率天基金会的缘起

禅意… 禅意… 静默深深之中，终不舍那一丝牵挂……

上星期六，在《济世之家》之一幕幕浮现心中。这一次，没有泪水，只是忆起二十八年曾在心中生起的悲愿……

那年我十八岁，第一次参与带领家乡《马六甲佛教联谊会》的佛友们一同到马六甲 Tanjung Bidara 的一个残障人士院探访。当一个个四肢，面容，身躯都扭曲了的儿童出现在我面前时，我的心在淌泪。强忍着几度夺眶欲出的泪水，我与二十多个年轻的佛友们上前握着孩子们的手与他们交谈。这所残障人士院里住着的是重患，大都长期卧病在床，只有少数是坐轮椅可行动的。其中好些孩子还能表现出喜悦以示欢迎我们的到来。

大约过了两个小时，已是告别的时候了。看着孩子们依依不舍的眼神，我感到内心深处传来一股很强大的声音：“健洲，不要忘了他们！你将来一定要有所作为！”

之后我又与朋友去探访了一次。之后又再去时，那里已拆了，只剩下断墙碎瓦。孩子们不知去了哪？

后来上了大学，读书之余忙着谈恋爱、办活动，再也没想起那些孩子。毕业之后当法工、出家，转眼又过了二十八年。这二十八年来我未曾再踏足残障人士院。但在印度行脚流浪的那些年倒也常有接触到残障人士，在海滩、在城里、在大街上、在火车站…。每次见到他们时，心里总有一种茫茫苦海不知从何渡起的苍凉。

直到上星期六。

好不容易才又开始了自己的静修，有点不情愿去古晋残障人士院，却又想到自己在今年初承诺了《兜率天青年团》团长婷婷随孩子们去参访《济世之家》，只能乖乖上车。

久违了，身受挑战的朋友们！已很久没有亲近受苦中的人们了，开始时有点木讷。对着迎面而来的轮椅上的残障小孩，我本能地给他拍了拍肩膀，正想进一步接触时，身后传来佛护尊者的轻声提醒：“Bhante，那是女生！”“啊！”我怔了一怔，正往小孩身上寻找女生的特征，才看到她衣袖下微现的肩带！是她！

一开始鲁莽了，接着就开始小心。

走入了男性宿舍，与男性残障人士聊了起来。

最让我震撼的是一位四十四岁的住客。听他谈吐言语流俐，却骨瘦如柴，正奇怪他怎么会沦落到此！原来一直到二十五岁他都还是个健康的人，还曾经当过建筑工人。二十五岁那年他得了肌肉萎缩症之后，人生的际遇突然来了个大转变…

住在这里，他感到安全与满足，一切都照顾得很好。问他有欠缺什么吗？他说都没有。

最后我们与部分能坐轮椅的残障人士在厅堂里见面。婷婷请我给大家开示。

看着他们，我不知该讲英语、马来语或华语。最后决定以大部分人都听得懂的马来语向大家问候，中间穿插了英语与华语和他们交流。

《济世之家》不分种族、宗教信仰收纳残障人士。招待我们的菲利斯修女解释说他们欢迎各宗教人士到来参与照顾残障人士。她还说每年《慈济》的佛友们会到来参访两次，还布施善款资具。

听着训练有素的修女讲解《济世之家》的种种，我心中那古老的声音又再响起：“不要忘了他们…”

看着眼前的残障人士，听着慈悲淡定的修女，想着二十八年前的悲愿，心里流过一波一波的暖流。

谢谢你们！谢谢你们再次赐予我这种人性光辉的力量。

人，特别是有能力的人，生命不能只为自己而活！

自己付出的一点点时间与爱心，能点亮许多苦难人们内心的光明！这点付出，又算得了什么？

“妹妹，你在这里的任务是什么呢？”我问菲利浦修女。

“爱，他们需要爱。”修女轻轻地回答。

感动……..

多伟大的心灵啊！

多神圣的任务啊！

多崇高感人的使命啊！

她的任务就是献出爱心！

“我们的训练就是要接受任何上级指派的任务，去执行任何奉献的使命。”修女娓娓道来，言谈中对她的生命安排完全接纳，没有一丝一毫的怨言。她出道当修女以来已十四个年头，经过九年的训练后，她开始奉献她的服务。

一颗伟大圣洁的心灵，就诞生在苦难的人群中。

我带去的孩子们都太好命了，他们都是幸福家庭中的孩子。有些在残障人士之中递糖果，有些推着他们的轮椅走，有些尝试与他们沟通。这过程中大家都有点儿木讷，毕竟是第一次。其中有些感觉很不自在。有些孩子平时习惯了与健康活泼的小朋友玩在一起，面对着这些不幸的人儿，竟生起受不了的神情！

回程。我在反思。

我们《兜率天修行林》给孩子们的法的教育正缺了这一环：献出爱心给苦难的人们，关爱别人！

‘慈悲喜舍’孩子们都懂，‘十波罗蜜’他们都熟，‘诸法因缘生，诸法因缘灭’孩子们都会举例！但面对着苦难中的人群时，他们知道要关怀，尝试着递送糖果，推轮椅；但要表达爱心，他们却不知怎了！

教育，不能只在象牙塔中完成。

教育，要实践！实践的教育！

法，要真能用，真懂得用！

面对真苦难时，我们是否都能放掉自己、放开自我尊贵的枷锁去用心关怀别人？我们的孩子们的本性很好，很善良，他们需要的是一个经常实践的机会。

把生命的真相带进道场！

养尊处优的人儿需要苦难的您们赐予生命的教育：苦的提醒，爱的施予！

把生命的苦苦相带进道场！

让佛子佛女们在修禅之余，也在真实的苦难中磨练慈悲善法及修行道志！

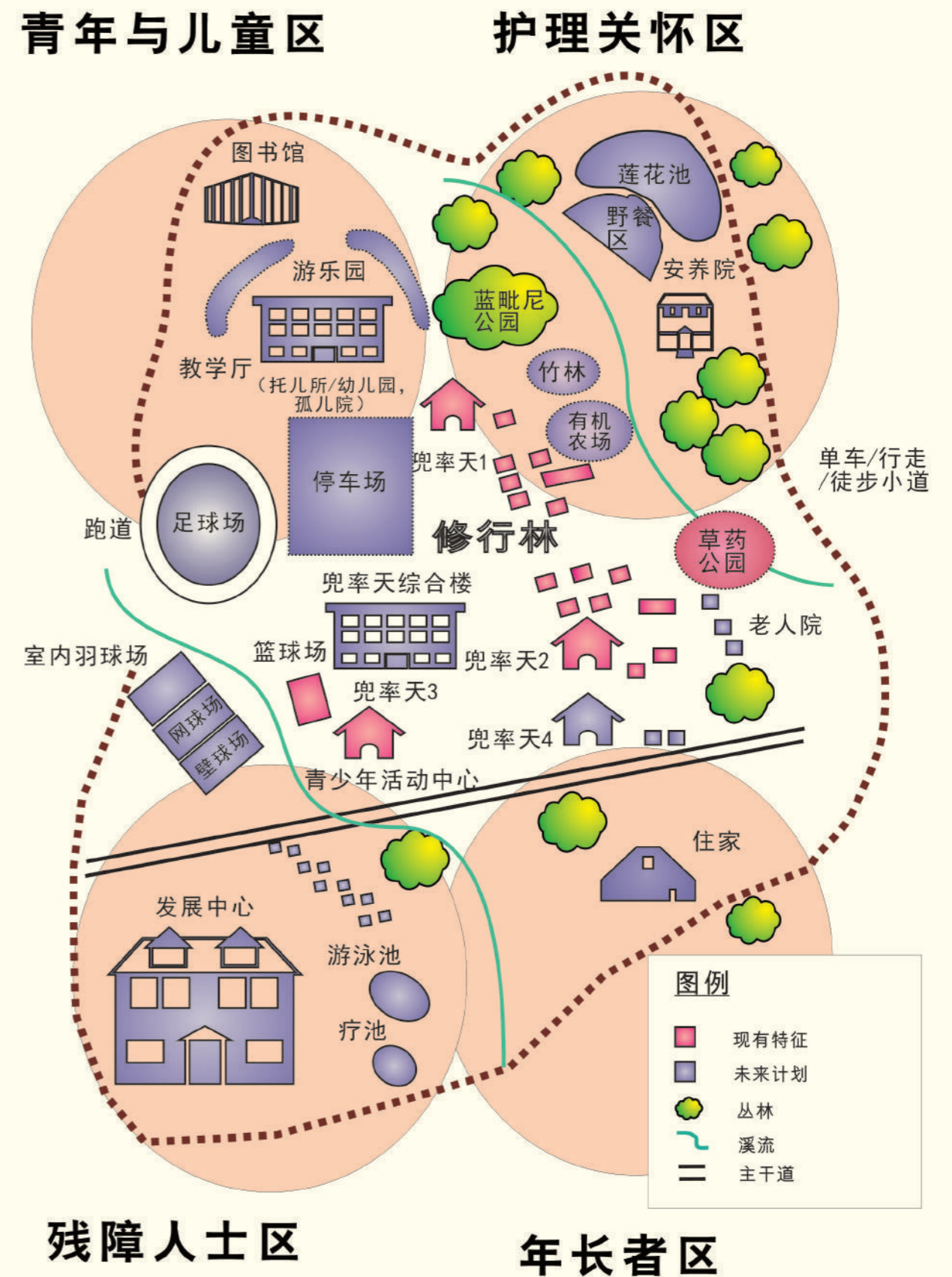
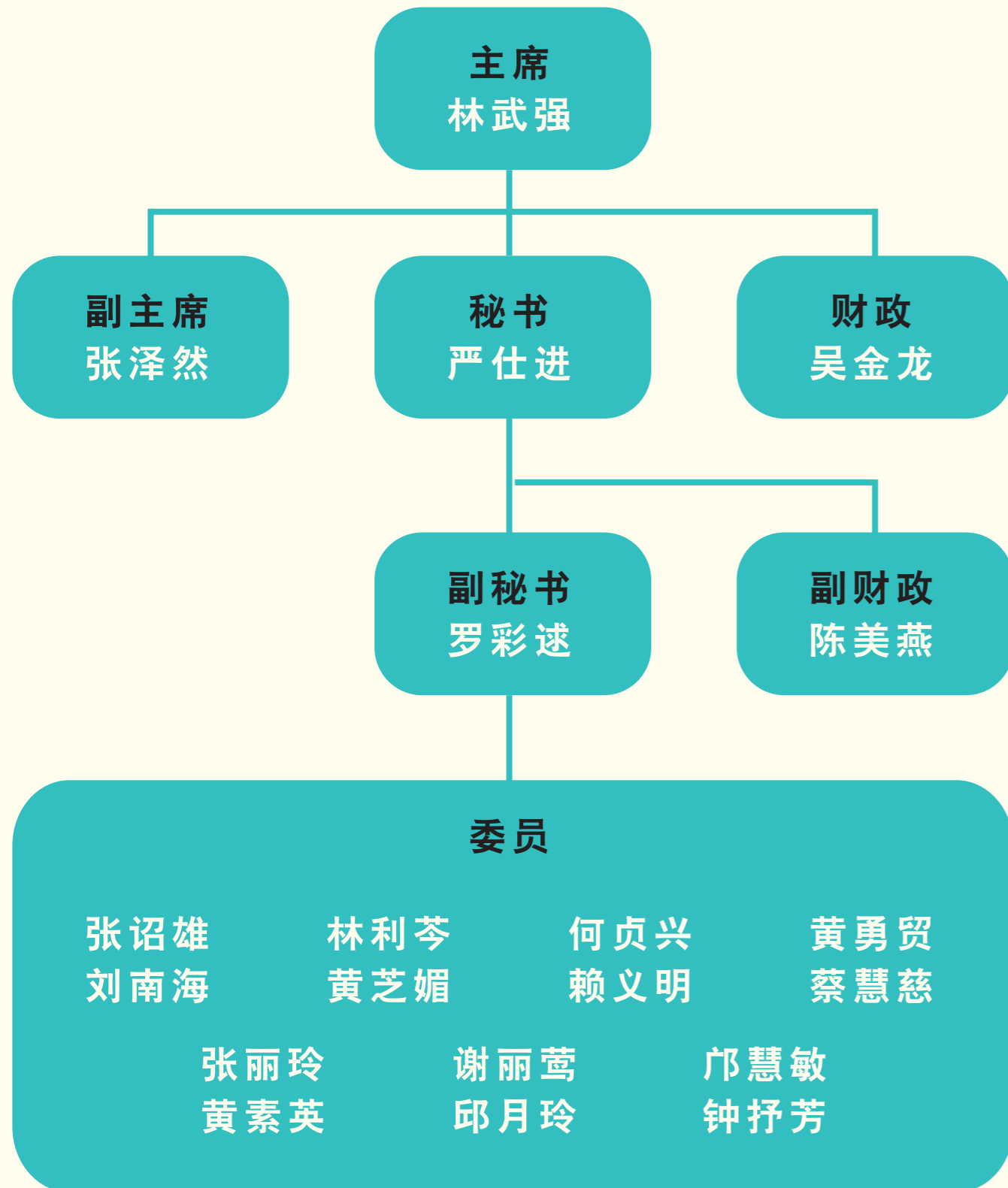
把苦难的人儿带进道场！

让我们奉献爱心，服务您们，也让我们从中学会感恩与珍惜！

二十八年了，当吉祥尊者偶然触动了古老的心弦，忆起了健洲的悲愿时，他想：我们何不共同来做一个利人惠己，让苦难人儿得真惠，也让修行学法的人们得到真相之教育的事：成立一个残障人士院，在佛教圣地——《兜率天》！

朋友们！您是否愿意与我们共同圆这个愿，以行动献出爱心，共同向苦难中的人儿申伸出真情之手？

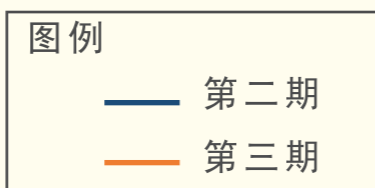
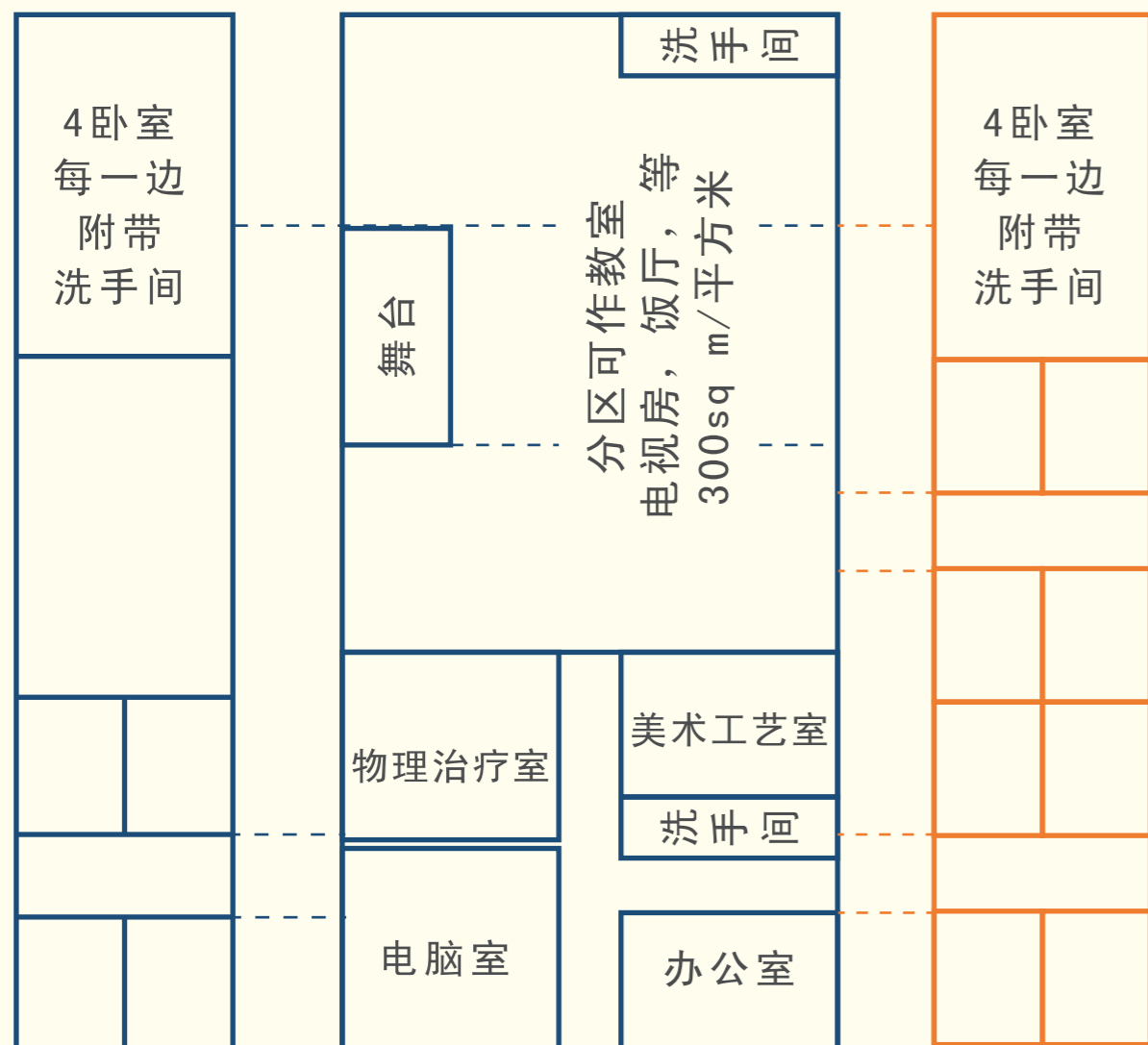
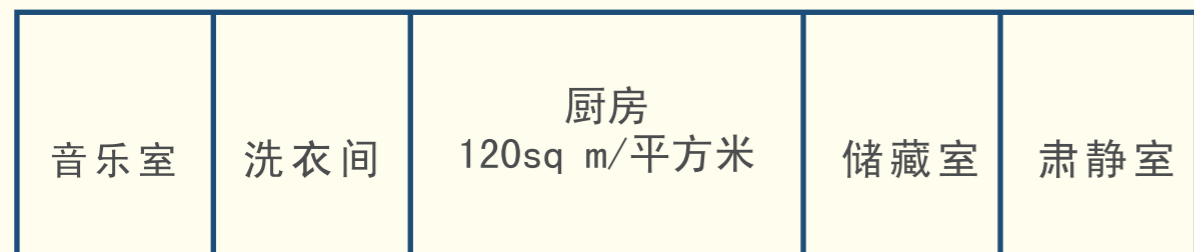
~~~吉祥尊者 2014. 7. 31



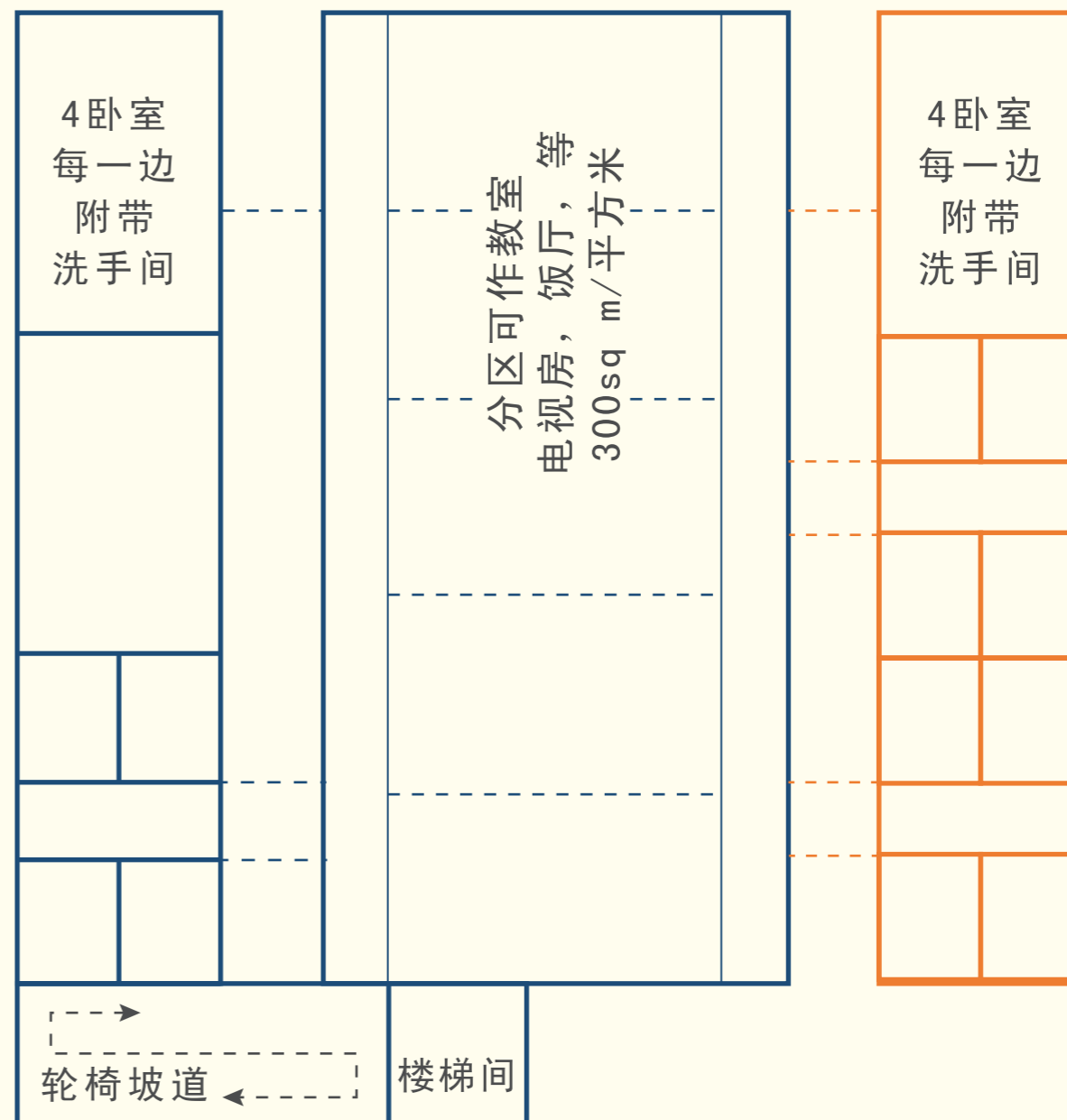
\*该图形仅供参考

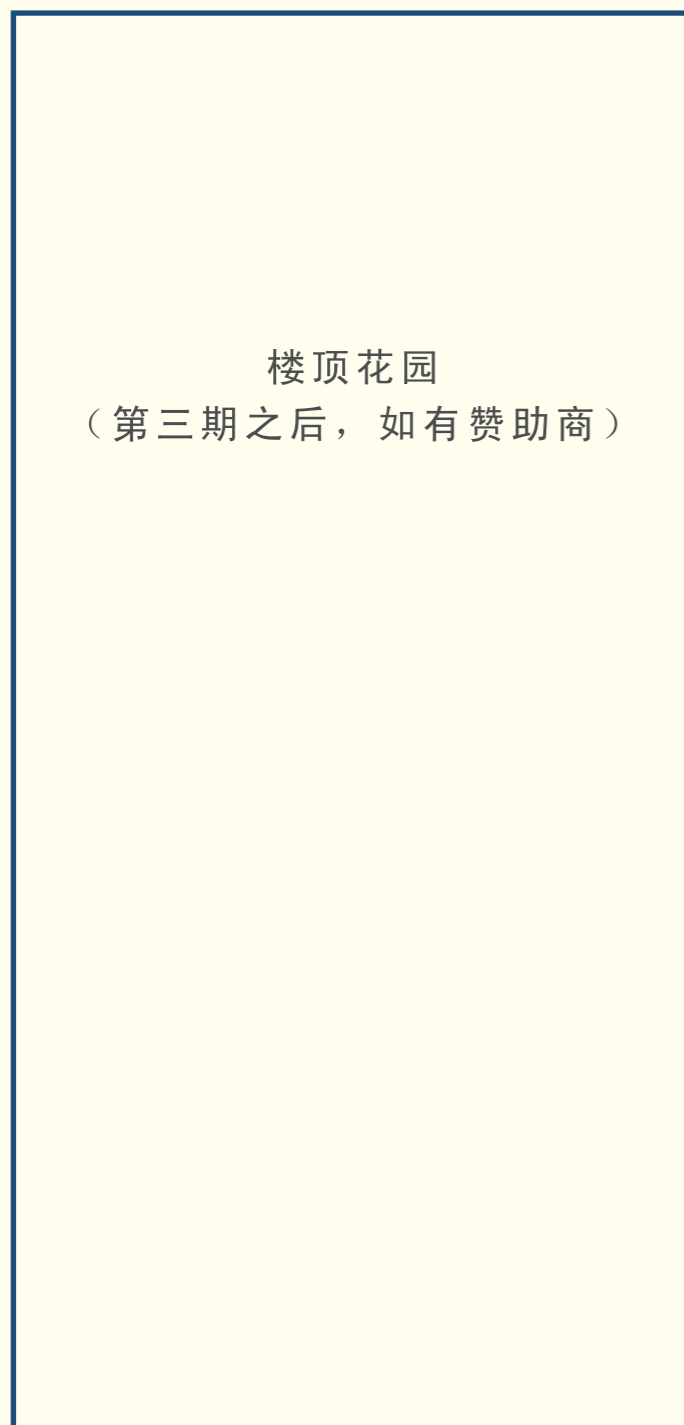
# 附页 (D) - 残障人士发展中心平面蓝图

一楼平面图



二楼平面图





## 附页 (E) 第一阶段预算统计

### 第一期

#### 转入基金

|          |                 |         |
|----------|-----------------|---------|
| 参访之家和居所: | 10 x RM 800,000 | RM 8 百万 |
|----------|-----------------|---------|

#### 第一期费用预算

|               |                   |
|---------------|-------------------|
| 土地收购:         | RM 2.5 百万         |
| 居所测量和设计:      | RM 150,000        |
| 居所建设 (十个单位):  | RM 2.5 百万         |
| 发展中心测量和设计:    | RM 500,000        |
| <b>第一期总计:</b> | <b>RM 5.65 百万</b> |

## 第二期

### 建设预算

|                    |         |
|--------------------|---------|
| 主要大楼，厨房，第一座住舍包括设施： | RM 3 百万 |
|--------------------|---------|

### 运作费预算

三位社工：十位残疾人士

### 每月预算

|              |                |                  |
|--------------|----------------|------------------|
| 人力资源：        | 3 位 x RM 1,500 | RM 4,500         |
| 管理：          |                | RM 3,000         |
| 膳食：          | 30 天 x RM 200  | RM 6,000         |
| <b>每月统计：</b> |                | <b>RM 13,500</b> |

### 全年预算 (x2)

|       |                   |            |
|-------|-------------------|------------|
| 两年统计： | 24 个月 x RM 13,500 | RM 324,000 |
|-------|-------------------|------------|

## 第二期预算

|        |           |
|--------|-----------|
| 第二期统计： | RM 3.3 百万 |
|--------|-----------|

## 第三期

### 建设预算

|            |         |
|------------|---------|
| 剩余建筑扩充和设施： | RM 2 百万 |
|------------|---------|

### 运作费预算

十位社工：三十位残疾人士

### 每月预算

|              |                 |                  |
|--------------|-----------------|------------------|
| 人力资源：        | 10 位 x RM 1,500 | RM 15,000        |
| 管理：          |                 | RM 3,000         |
| 膳食：          | 30 天 x RM 600   | RM 18,000        |
| <b>每月统计：</b> |                 | <b>RM 36,000</b> |

### 全年预算

|       |                   |            |
|-------|-------------------|------------|
| 全年统计： | 12 个月 x RM 36,000 | RM 432,000 |
|-------|-------------------|------------|

## 第三期预算

|        |           |
|--------|-----------|
| 第三期统计： | RM 2.4 百万 |
|--------|-----------|