



Thubten Phuntsog Gephel Ling

Regras de Funcionamento para Retiros

O Thubten Phuntsog Gephel Ling é um centro de retiro budista que opera no terreno associativo que é gerido pela ACCET.

Só podem participar dos retiros, actividades, funções e serviços no Gephel Ling indivíduos autorizados pela Comunidade Guhya Mantrika e que concordem seguir os termos e condições estabelecidos nas normas internas em funcionamento.

Enquanto na propriedade, todos devem cumprir conscientemente com as Normas e Procedimentos do GL que regem a conduta e todas as regras aplicáveis. Cada participante deve entender que é o único responsável por familiarizar-se com regulamentos e normas. Se o sujeito não está familiarizado com as Normas e as Regras do GL deve pedir a um membro da organização para os disponibilizar.

Os participantes devem entender que a propriedade é agreste, rústica e tem perigos não identificados, tais como arribas e superfícies escorregadias. Em todos os momentos os participantes devem conduzir-se de modo prudente e adequado à sua idade, condição física e da meteorologia. Nunca se devendo expor a situações de perigo desnecessário.

Cada participante assume a responsabilidade, exclusiva e integral pelas suas próprias acções e experiências na propriedade, do benefício e usufruto de quaisquer instalações, estruturas, equipamentos ou veículos da propriedade, utilizada ou operada por ou em nome do GL.

Cada participante ao inscrever-se concorda plenamente com as Normas e Regulamentos e renuncia irrevogavelmente ao direito de acusar ou processar judicialmente o GL, bem como aos seus Lamas, directores, funcionários, voluntários

e outros representantes; bem como ao direito a toda e quaisquer reivindicações advindas da sua exposição a qualquer e cada perigo, acidentes, eventos, ferimentos, actos e omissão que possa experimentar, enquanto na propriedade ou durante o uso e usufruto de quaisquer instalações, estruturas, equipamentos ou veículos da propriedade, ocupadas ou operados, por ou em nome, do GL, incluindo quaisquer reivindicações relacionadas com a negligência do indivíduo aquando ao serviço da Comunidade Guhya Mantrika.

Participação

Antes da participação em quaisquer retiros o pagamento integral da propina, ocorre sobre a aceitação da sua candidatura, deve ser paga na totalidade até quinze dias antes da data de início da actividade em questão. No caso do seu pedido não ser aprovado, todos os pagamentos do retiro que fez serão devolvidos na sua totalidade. Os pagamentos, inscrições, efectuados após a data estabelecida sofrem uma penalização de 50%. Os casos de real impossibilidade financeira são analisados no próximo parágrafo. Os participantes devem ter em consideração que seu pagamento atempado, a quando da inscrição, ajudar-nos-á na compra de mantimentos e do material necessário para o retiro com a devida antecedência.

Casos de real impossibilidade podem fazer um pedido à Comissão de Análise de Membro Carente afim de participarem gratuitamente nos eventos, ou encontrar outras soluções viáveis. Estes pedidos serão analisados e os candidatos informados sobre a disponibilidade antes de qualquer recusa ou aceitação. Por questões óbvias de logística e organização estes pedidos devem ser feitos de forma célere e antes do fecho do período de inscrição.

Por favor, entre em contacto com o a Comissão se pode/quer contribuir para o fundo de bolsas. Aspiramos através deste fundo auxiliar os alunos que são diligentes, mas que têm necessidade de assistência financeira. Desta forma poderá praticar o Dana Paramita, a generosidade sobre a forma de doações; o que nos permitirá ajudar a criar e disponibilizar algumas bolsas de estudo.

Se um participante desejar cancelar a sua participação num retiro e o fizer até à data limite da inscrição (isto é, 15 dias antes do evento), receberá um reembolso de 70% de quaisquer taxas pagas. Porém não haverá reembolso após a data em questão.

Os participantes são por este meio informados de que os custos dos retiros não incluem qualquer pagamento ou doação para o professor orientador. Quaisquer doações que pretenda fazer, quer ao professor ou à organização, deve ser gerida fora do pagamento do custo do evento.

Os Ensinamentos Budistas são livres de pagamento, logo gratuitos; mas note que dentro da nossa Tradição Budista, o professor não cobra nem um cêntimo, por nos servir e beneficiar através do Ensino, e as doações, portanto, individuais por parte dos participantes do retiro ao professor, são sempre bem-vindas e necessárias, a fim de apoiar a actividade de Dharma do professor. Sendo este também um gesto de respeito, apreço e aspiração para a perpetuação dos Ensinamentos. Esta oferta ao professor, por parte do aluno é uma prática espiritual, em si e uma forma do aluno acumular mérito.

Normas durante os Retiros

O Gephel Ling foi fundado em 2013 pelo CET-PL como um lugar para as pessoas desenvolverem o seu potencial espiritual no âmbito das Linhagens Nyingma e Kagyu do Budismo Tibetano. Como estudantes desta Tradição Espiritual e dos Lamas do CET-PL, esforçamo-nos para estabelecer uma comunidade baseada nos princípios da não-agressão e de compaixão, em sumula do Bodhichitta, que apoiam as práticas necessárias para a concretização deste objectivo.

Relacionamento e Harmonia no Sangha

Todos os Lamas, os organizadores, os membros da Sangha e os visitantes devem comportar-se de forma a promover e manter a harmonia dentro do Sangha.

Quando há harmonia, as coisas só podem correr bem e desenvolver-se numa boa direcção. Além disso, há o conceito dos samayas, os compromissos que se recebem quando entramos na prática do Vajrayana.

Quando se está associado a um centro, a um Sangha, aos Lamas e quando se recebem os mesmos Ensinaamentos, Empossamentos e Transmissões, isto constitui um vínculo extremamente forte entre esses indivíduos, tornando-os irmãos e irmãs Vajra. A harmonia é particularmente importante a este nível, uma vez que é o que contribui para a extrema rapidez do caminho Tântrico. Deliberadamente rejeitar esse vínculo é correspondentemente muito negativo. Assim, a harmonia torna-se imperativa não só ao nível social em geral da benevolência e boa vontade que um praticante deve ter, mas também ao nível dos samayas. Um compromisso assumido deve ser respeitado. Num centro, o Lama é a cabeça e os praticantes e membros do Centro são o corpo. Não podem viver e trabalhar um sem o outro.

Há um sentido de experiência colectiva, viajando juntos para patamares cada vez mais elevados mas, se os samayas são violados, ou quebrados, descem todos juntos. Se os Lamas e os alunos conseguirem trabalhar juntos, em harmonia, então não haverá nada que possa travar um desenvolvimento positivo no futuro do Dharma no nosso país.

Os Preceitos

As seguintes regras de conduta foram adotadas de modo a apoiar esses objetivos e todo o praticante ou participante das actividades da Guhya Mantrika deve:

- Abster-se de matar.
- Abster-se de mentir.
- Abster-se de má conduta sexual.
- Abster-se de roubo.
- Não consumir álcool¹ e outros produtos tóxicos.

¹ Excepção da prática do Tsog.

Estabelecimento de regras

O Conselho de Administração da Guhya Mantrika, ou o Conselho de Lamas, tem autoridade e pode estabelecer regras que regem a conduta de todos os presentes nas instalações GL, eventos ou funções. Esse regulamento terá o mesmo poder e efeito que estas normas.

Etiqueta do Dharma

Do mesmo modo, as seguintes regras de etiqueta do Dharma devem ser escrupulosamente observadas:

- Ao entrar no santuário, ou Templo, prostre-se ao altar.
- Coloque os textos do Dharma numa superfície elevada e nunca directamente no chão. Não passe por cima dos textos do Dharma.
- Não se sente com as pernas esticadas em direcção a um Lama ou altar.
- Levante-se e prostre-se quando chega um Lama para dar um Ensino ou presidir a práticas, permanecendo em pé até que este se sente.
- Quando o Lama concluiu e se levanta, levante-se antes deste e faça uma pequena vénia até que este deixe o local.

Directrizes sobre expulsão

Qualquer membro da direcção do GL ou Lama pode solicitar a qualquer membro do Sangha, ou visitante, que viola estas Normas ou quaisquer das Regras, para abandonar as instalações do GL, eventos ou funções. Devendo os membros da Sangha ou visitantes em questão cumprir tal solicitação.

Normas que regem a conduta em todos os locais da propriedade do GL e respectivas Funções no GL

Requisitos Gerais:

Uma vez que o objectivo declarado do GL é oferecer a oportunidade para que os praticantes e outras pessoas, possam ser instruídas na prática e ensinamentos do Dharma:

- Assim, em geral, todos os membros da Sangha e visitantes devem conduzir-se de forma cortês e respeitosa para com os outros e o meio ambiente
- Membros do Sangha e visitantes devem cumprir todas as regras de acesso e utilização de instalações especificadas pelo GL.

Proibições Específicas

Para criar um ambiente no qual as pessoas são apoiados nesses esforços, em todos os lugares do GL, no desempenho de todas funções do GL, incluindo as instalações arrendadas para eventuais actividades, funções extraordinárias, o seguintes comportamentos são proibidos:

- Fumar.
- Consumo de substâncias tóxicas
- Participação em actividades ou funções embriagado; ou sequer apresentar-se embriagado nas instalações do GL
- Comportamento desordeiro ou agressivo
- Linguagem censurável
- Linguagem maliciosa ou prejudicial e/ou acções da mesma índole
- Desrespeito aos líderes espirituais, linhagens budistas, outras religiões, retirantes, membros da Sangha ou visitantes.

Normas que regem a conduta em todos os Retiros GL

Em Todos os Retiros:

- Cumprir todas as normas estabelecidas ou acima referidas.
- Cumprir todas as regras estabelecidas para o Retiro específico em que está a participar.
- Cumprir todas as regras estabelecidas para instalações particulares.
- Siga os requisitos estabelecidos pelo responsável do Retiro ou Mestres para retiros particulares.
- Devem ser realizados com a autorização e sob a direcção do Mestre Espiritual, ou Lama, do GL. Todos os Retiros ocorrem sob a responsabilidade, direcção e orientação de um Lama do CET-PL.

Retiros Individuais

É obrigatório ter permissão para se fazer um retiro individual e esta é concedida apenas numa base individual, circunstancial e mediante pedido. Ser ou não concedida autorização é inteiramente critério dos Lamas responsáveis, mas tendo geralmente em consideração uma variedade de factores, incluindo a maturidade, prática da meditação do indivíduo e a sua experiência em Retiros anteriores.

Retiros Individuais de Curta Duração

Salvo disposição em contrário dirigida pelo Lama, o Retirante deve:

- Participar nos programas de meditações em grupo
- Respeitar as regras de conduta, incluindo as relativas à manutenção do silêncio
- Executar as atribuições de trabalho estabelecidos pelo mestre de retiro ou outro responsável do retiro
- Cumprir as regras de acesso e de saída dos Retiro, das instalações e de contacto com os outros
- Confirmar e seguir as instruções do Mestre Retiro.

Retiros Individuais de Longa Duração

Retirantes individuais que queiram realizar retiros de longo prazo devem:

- Cumprir todas as regras, normas e directrizes estabelecidas para os retiros individuais de curta duração
- Limpar os seus aposentos e após a conclusão do Retiro deixar os alojamentos limpos e prontos para o retirante seguinte
- Fornecer sua própria comida e preparar as suas próprias refeições, salvo acordo em contrário
- Na medida do possível, tomar conta da sua saúde pessoal, tais como “check-ups”, antes de vir para a Terra do Retiro
- Os estudantes estrangeiros devem ter um seguro médico e os vistos exigidos pelo Governo Português.

Retiros de estudo e de trabalho

Os programas de retiros trabalho/estudo serão adaptados numa base individual.

Todos os indivíduos que participam nestes retiros devem:

- Cumprir todas as regras, normas e directrizes estabelecidas para retiros individuais.

Regras para Retiros Estritos (Fechados)

Retiro Fechado de Longa Duração

É estritamente necessária uma permissão para fazer a retiros fechados de longa duração. Este tipo de Retiro Fechado é um retiro individual e é dada permissão apenas numa base única. Ser ou não, concedida a autorização depende totalmente do critério dos Lamas responsáveis.

Retirantes individuais que levem a cabo Retiros Fechados de Longa duração devem:

- Cumprir todas as regras, normas e directrizes dos Retiros de Longa Duração em retiros abertos e individuais

- Ficar dentro do limite da área de Retiro Fechado designada pelo GL durante o período indicado para o seu retiro, excepto por questões de saúde ou outras situações de emergência;

- Abster-se de convidar ou reunir-se com qualquer pessoa dentro do limite da área de retiro, excepto em caso de real necessidade, com as pessoas a saber:

1. Profissionais de saúde, funcionários e assistentes nomeados ou aprovados pelo Conselho de Administração do GL.

2. Qualquer visitante que seja aprovado pelo Lama Sénior do GL ou pelo Lama residente .

- Não ter comunicação directa, que não seja por escrito, com qualquer pessoa fora dos limites do retiro

- Fornecer os fundos para e preparar as suas próprias refeições, a menos que o Mestre de Retiro nomeie um cozinheiro para o retirante

- Cuidar da limpeza e manutenção dos seus aposentos pessoais de retiro e após a conclusão do Retiro, deixar os alojamentos limpos e prontos para o retirante seguinte.

- Na medida do possível, deve cuidar de quaisquer questões pessoais, tais como checkups de saúde, antes de vir para o Centro de Retiros ou apenas depois de sair

- Os estudantes estrangeiros devem ter um seguro médico e os vistos exigidos pelo Governo do Português.

Regras e Normas para Membros do Executivo do GL

Os Membros do Executivo estão obrigados a seguir o comportamento ético do Dharma e não abusar de sua posição de autoridade. O abuso de autoridade inclui:

- Conduta que vise a finalidade de, ou que resulte em, obtenção de favores pessoais ou sexuais

- Desvio de fundos do GL
- Deturpação dos objectivos ou actividades do GL, bem como da sua própria posição dentro do GL/CET-PL.

Normas sobre Assédio Sexual

O GL tem o compromisso de criar e preservar um ambiente espiritual de acordo com o Dharma que aumente a dignidade e o auto-respeito de todos os seus professores, membros e do público a quem serve.

Desta forma o GL considera qualquer forma de assédio totalmente inaceitável e não tolera a sua ocorrência.

O assédio é uma conduta indesejável, tanto em actos como com quaisquer comentários, que conflituem quer com as bases estabelecidas pelo Código Penal Português, bem como qualquer situação que leve à criação de constrangimento, insegurança, desconforto, intimidação, humilhação por parte de outra pessoa ou grupo.

Conduta Específica

O assédio sexual inclui, mas não se limita a,:

- Pedido de favores sexuais por qualquer motivo
- Observações indesejáveis, perguntas, piadas ou insinuações de natureza sexual, incluindo comentários sexistas ou convites sexuais • Abuso verbal, intimidação ou ameaça de natureza sexual;
 - Insinuação sexual através do olhar, gestos ou linguagem corporal
 - Exibição de materiais pornográficos ou sexuais
 - Imagens ofensivas, grafite, desenhos animados, ou similares
 - Contacto físico indesejado, como toques, encostos, beliscar ou abraços
 - Agressão física de natureza sexual.

A conduta imprópria pode ser verbal, não-verbal, física, deliberada ou não intencional, não solicitada ou não desejada.

Procedimento em Caso de Queixa

Para dar início a uma queixa no GL, em relação à violação das normas e regras anteriores, ou de quaisquer outras regras, a parte ou partes, que desejam registrar uma queixa devem apresentar uma carta ao Director de Ética e esta deve conter:

- O nome da pessoa (s), cujo comportamento é o assunto da reclamação;

- Uma descrição detalhada do alegado comportamento, para auxiliar o Director de Ética a avaliar se a denúncia é um assunto apropriado para iniciar o procedimento de queixa formal;

- Histórico da tentativa (s), se houver, para resolver a queixa através de outros meios.