

步驟三：

下決心要赴一趟緬甸禪修之旅後，可以先確定一下自己要在帕奧禪林參學多久。這裏也許會有三種情況：

情況一，只是抱著‘朝聖’或四處參訪的心態，並不打算久住的話，可以直接到下一個步驟上網查詢機票，定購機票（越早定機票可能會更便宜，不過行情依季節而定）。到接近出發的日期時（最好在出發前的一兩個星期之內，依不同國家的緬甸大使館而定），去緬甸駐大馬大使館申請 28 天的旅遊簽證。

情況二，如果準備長期在帕奧禪林禪修的話，必須以禪修簽證（Meditation Visa）入境。申請禪修簽證必須有帕奧禪師的擔保信（Sponsorship Letter）。索取擔保信的詳細資料請參考**步驟五**。在等待擔保信的同時也可以查詢機票詳情。不過在定機票時請記得不要定購太接近的日子，因為還無法確定帕奧禪林的擔保信幾時能寄到。

情況三，如果內心還不能確定打算住多久的話，那麼在學建議最好還是以禪修簽證入境，因為目前緬甸政府已經不再更新一切旅遊簽證，萬一真的想繼續住下去的話，就得重新回國申請禪修簽證，然後再入境緬甸，多一番周折。