



Para membros e amigos da
Self-Realization Fellowship

INFORMAÇÕES SOBRE A FAZENDA

A **FRPY** está localizada em uma área nativa do Cerrado Brasileiro a apenas 95 km do Plano Piloto. É um lugar perfeito para quem deseja fugir da rotina diária para mergulhar no silêncio interior; para meditar, ler, estudar as lições do Guru, relaxar, caminhar e sentir a presença de Deus na Mãe Natureza.

DAS ACOMODAÇÕES

20 Suítes, 3 Chalés, 1 Refeitório, 1 Biblioteca, 1 Salão de Eventos/Vídeo, 1 Templo

ÁREA EXTERNA

1 Capelinha de Madeira sobre um Lago pequeno, 1 Mirante do Lago, 1 Mirante – Templo da Contemplação, 2 Fontes artificiais e 1 “Caverna de Babaji”.

O QUE LEVAR

- Leve seus artigos de higiene pessoal como sabonete, shampoo, escova e pasta de dentes, assim como protetor solar e repelente de insetos para a pele.
- Bonés ou chapéus são úteis para caminhadas mais longas.
- Agasalhos também são necessários, pois durante a noite costuma esfriar.
- A exemplo do que é observado nos demais retiros da **SRF**, pedimos sua colaboração no sentido de manter a **atmosfera apropriada de um retiro espiritual**. Procure usar **roupas recatadas** e confortáveis. É aconselhável o uso de calça comprida, camisas ou blusas com **manga**, saias ou vestidos longos e sapatos fechados. Em caso de calças **LEG**, deve-se usar **blusas** ou **camisetas longas**. Evite o uso de perfumes e roupas de náilon ou tãctel, que provocam ruídos quando em movimento.
- Em épocas de muito sol ou chuva é aconselhável que se traga sombrinha ou guarda-chuva.
- O retiro oferece apenas **um** jogo de roupa de cama e banho, **um** cobertor e **um** travesseiro por pessoa.
- Se possível leve uma garrafinha de beber água, para seu uso pessoal, evitando o uso de copos descartáveis.

OBSERVAÇÕES DE SEGURANÇA

Por estar localizada em área nativa, é necessário se tomar alguns cuidados. Há riscos de aparecimento de cobras, aranhas, escorpiões e outros insetos. Recomendamos observar as medidas de segurança elencadas a seguir:

- evite andar descalço, principalmente sobre a grama, e procure usar sapatos fechados;
- se for caminhar, não entre na mata virgem; procure andar apenas nas estradas ou em áreas abertas;
- evite andar, à noite, fora da área dos quartos, do salão de eventos e da capela;
- mantenha a porta do quarto **fechada** durante **todo o tempo**, evitando com isso a entrada de insetos e outros bichos;
- por favor, seja prudente e não corra riscos desnecessários;
- o retiro possui uma caixa de primeiros socorros, com medicamentos básicos, que se encontra na estante da biblioteca para caso de pequenas necessidades;

OUTRAS RECOMENDAÇÕES

- Não queime incensos nos quartos.
- Não leve os colchonetes para o Templo, eles são barulhentos quando se movimentam sobre eles.
- Tenha cuidado com produtos que possam manchar a roupa de cama ou banho.
- Utilize apenas um jogo de cama e banho. *Use apenas uma cama com seus lençóis e cobertor, deixando a **outra cama** limpa.*
- Não leve **alimentos** para o quarto, nem **copos de vidro**.
- Não leve o celular para a Capela – na **FRPY** só pega a operadora Vivo. Caso seja necessário o seu uso, por gentileza, faça-o fora da área do retiro.
- A água da torneira dos quartos é filtrada e pode ser bebida, caso desejem.

ORIENTAÇÕES PARA PARTICIPAR DO RETIRO

A finalidade dos retiros da Self-Realization Fellowship é ajudá-lo a desenvolver a percepção do Espírito que habita em todos nós.

O sucesso de seu retiro depende, em última instância, de seu relacionamento pessoal com Deus.

Durante o retiro, relaxe fisicamente e também mentalmente, desligando-se de todas as preocupações e sobrecargas de sua vida diária. Torne-se receptivo a Deus e permita que Ele seja o pensamento supremo em sua mente. Aproveite o tempo livre para meditar, ler, estudar as lições da SRF, descansar, praticar a presença de Deus e manter contato com a natureza.

O **templo** estará aberto **24 horas** durante o período do retiro.

Livros da SRF estão à sua disposição na biblioteca durante todo o retiro. Recomendamos a leitura do livreto **Deus em primeiro lugar**.

Com o propósito de ajudá-lo a tirar o máximo proveito do retiro, mencionamos a seguir algumas condutas da SRF a serem observadas durante o retiro.

- Espera-se que todos os participantes do retiro mantenham-se em **silêncio** em todos os ambientes da Fazenda, inclusive nos quartos.

“Libertando-se da compulsão da conversação com os outros, o silêncio o ajudará a aquietar a mente, focalizando-a nas percepções da Presença Divina.”

- Se estiver **resfriado**, ou com **tosse**, por favor, evite comparecer ao retiro. Caso o resfriado ou tosse ocorram já estando no retiro, por consideração aos outros, participe das meditações coletivas em seu **quarto**, na **biblioteca** ou em outro local distante do templo.

- Procure seguir a programação e participar de todas as atividades coletivas programadas.

- Por gentileza, procure chegar alguns minutos **antes** do início de cada atividade.

- Se chegar atrasado para as atividades no templo, evite entrar durante a oração, afirmação e **principalmente**, durante a meditação.

- Da mesma forma, se precisar sair do templo, procure sair **durante** o cântico.

Possa o retiro trazer-lhe a profunda percepção da presença e do amor divinos.

Jai Guru!