



Olá!

Você irá se hospedar no Retiro Tao Tien pela primeira vez? Bem-vindo(a)! Estamos muito felizes com a sua presença. Gostaríamos de compartilhar algumas instruções práticas do retiro. Aqui não é uma pousada comum, mas sim uma espécie de pequena comunidade que recebe gente de fora, como uma casa de família que abre as suas portas!

Ao chegar, saiba que será recepcionado por vários cães. Eles são nossos guardiões, só dizem 'oi' e depois vão para o canto deles, e logo se tornarão seus guardiões também. Caso venha de carro, ao estacionar, suba em direção da casa amarela e atravesse a passagem à direita na cerca que vai dar no refeitório. Lá você encontrará alguém que te recepcionará, caso contrário, é só bater o sino com força para nos chamar.

Ao chegar, você será levado ao quarto que ficará. Os quartos são simples, compartilhados, mas irão te acomodar bem. Pedimos silêncio absoluto após às 20h30h para não incomodar os demais hóspedes. Temos cobertores e travesseiros. Pedimos que traga:

- Seu kit pessoal de higiene;
- 1 lençol de baixo e 1 de cima para cama tamanho solteiro;
- 1 fronha de travesseiro;
- 1 toalha de banho.

Fazemos esse pedido pois não temos estrutura de lavanderia que comporte grande quantidade, mas se você esquecer nós temos roupa de cama e banho para emprestar. Ao acomodar-se faça sua cama de modo que você se deite sem contato direto com os cobertores, usando sempre o lençol de cima. Por favor, não tire os cobertores e travesseiros dos quartos.

ROUPA

Em épocas de chuva (entre dezembro e março) é aconselhável trazer botas de borracha e capa de chuva/guarda-chuva. Em geral é frio à noite e pela manhã. No inverno venta bastante, é bom vir com roupas quentinhas. Se quiser andar pela estrada e sítio, tênis de caminhada é uma boa. Como tiramos os sapatos para entrar em alguns locais, é bom vir com calçados fáceis de tirar e colocar e chinelos para usar apenas dentro da casa de hóspedes.

ÁGUA

Nossa fonte de água vem de um poço montanha abaixo e é bombeada para cima. Por isso, ela é preciosa – tenha isso em mente e economize nos banhos e na louça. Temos filtros na cozinha

e na casa de hóspedes. Traga sua garrafinha para se hidratar nas caminhadas ou durante a noite!

BANHO

A água é aquecida por um sistema de boiler que aciona queimando lenha. Temos água quente garantida entre 17h e 20h. Quando o retiro está cheio, fique ainda mais consciente da quantidade de água, mas aproveite bem o seu banho!

REFEITÓRIO

Quando você ouvir um sino, é hora do almoço (por volta das 12:30) ou café da tarde (cerca de 16h). No café da manhã e jantar não tocamos o sino, pois vamos direto da meditação para a refeição. Procure ser pontual, pois fazemos a arrumação da cozinha assim que todos terminam de se servir. Nossa alimentação é vegetariana, mas não vegana: usamos derivados como leite e ovos. Caso você tenha alguma restrição alimentar, fique à vontade para trazer algo que esteja acostumado a consumir. Se tiver alguma alergia nos avise antecipadamente. Na cozinha cada um se serve, lava, seca e guarda sua louça e talheres. Ajuda voluntária é sempre bem-vinda, como lavar as panelas ou varrer o chão.

TEMPLO

A meditação acontece duas vezes por dia, às 7h e 18h. Na entrada do templo temos livros com os cânticos e orações que fazemos. O templo está sempre aberto e pode ser usado a qualquer momento em silêncio. Nas horas da meditação, seja pontual, evite perfumes e não traga o celular para dentro do templo. Se não se sentir confortável em sentar nas almofadas no chão, pode usar as cadeiras e banquinhos de meditação.

TERAPIAS

As terapias oferecidas estão divulgadas no site www.taotien.com.br no link “para a alma” e podem ser solicitadas por e-mail: retirotaotien@gmail.com. Se desejar uma delas chegando ao lugar, você pode falar com a Yasha ou com a Luciane diretamente e combinar (reiki, leitura da aura, regressão pacificadora e prática dos sonhos lúcidos).

ATELIER YABYUM

O atelier está aberto apenas para quem já solicitou aula com antecedência. A agenda pode ser consultada em: www.retirodeartes.com.br

REGRAS

Proibido carne, fumo, drogas e bebidas alcoólicas. Há um cantinho dos fumantes para fora da nossa porteira (por favor, recolha suas bitucas e jogue no lixo). Separamos os hóspedes em dormitórios masculino e feminino. Pedimos que não mantenham relações sexuais dentro do retiro, a proposta de estadia aqui é de conexão consigo mesmo. Não aceitamos pets, pois já temos os nossos! Temos livros na casa de hóspedes, todos estão convidados a ler com maior prazer, mas não os retire do espaço do retiro por hipótese alguma!

CHEGANDO DE CARRO

No Google Maps digite apenas “retiro Tao Tien” e achará o caminho. Nosso horário limite de entrada no retiro é 19h, pois nos recolhemos cedo e não temos recepção.

Saindo de São Paulo: pegue a rodovia Fernão Dias para Bragança Paulista. Passe reto pela entrada da cidade de Bragança e continue em direção a Belo Horizonte. Você vai passar o pedágio, virá o primeiro viaduto (acesso sul à Vargem). Continue na Fernão Dias. Entre na Saída 4 para Vargem (acesso norte de Vargem) e logo passe por baixo do viaduto da rodovia e entre numa estrada à direita (paralela, mas no contrafluxo à alça de saída da rodovia Fernão Dias, sentido São Paulo). Você passará por uma pequena casa de construção. Alguns metros e você verá adiante uma subida de terra à esquerda, bem íngreme. Agora serão mais 11 km de terra subindo até o Tao Tien. Permaneça sempre na estrada principal, sempre subindo e seguindo as placas Tao Tien nas bifurcações.

Saindo de Extrema: pegue a Fernão Dias em direção à Bragança Paulista/São Paulo mantendo a faixa da direita. Logo que passar pela entrada para Joanópolis, já ligue a seta para entrar à direita numa pequena estrada de terra subindo, logo após um ponto de ônibus. Ao entrar na estrada de terra, suba, vire à direita e logo depois à esquerda. Você vai passar na frente de umas pequenas casas com alguns animais e pode continuar em frente, até que haverá uma subida novamente. No fim da subida vire à direita e continue sempre subindo por uns 11 km e seguindo as placas do Tao Tien.

Já no topo do morro, você irá passar por um grupo de casas. Neste ponto muitas pessoas que nos visitam entram à direita numa bifurcação (onde existe um cesto suspenso para coleta de lixo). Não pegue este acesso, continue na junção em Y à esquerda (há uma placa do Tao Tien ali). Andando mais um quilômetro você verá uma placa sinalizando "Divisa de Município Pedra Bela /Vargem". Imediatamente, vire à direita e suba por um quilômetro e pouco. Observe a indicação para o Retiro Tao Tien no mourão à direita.

A estrada deteriora bastante, mas é suficientemente boa. Quinhentos metros adiante, passará por um sítio chamado "Caminho do Sol". Continue, passe por um 'mata-burro' e no topo do morro chegará ao nosso estacionamento à sua direita.

CHEGANDO DE ÔNIBUS:

No Terminal Rodoviário do Tietê, em São Paulo (SP), a Viação Cambuí (11 2221-4165) oferece diversos horários de ônibus para Extrema (MG). As passagens podem ser compradas pelo site: www.autoviacaocambui.com.br. Temos o contato de um serviço de táxi que pode trazer da rodoviária para o retiro, deixamos o contato para que seja combinado com antecedência os horários: (11) 93058-1979.

Para quem vem de São Paulo, também podemos indicar motoristas de Uber que já nos conhecem.

Para confirmar sua chegada, escreva para nosso WhatsApp (35) 9-9961-4028 ou retirotaotien@gmail.com.

Visite nosso site: www.taotien.com.br