



Bem-vindo ao Centro de Retiros Karme Drubde Yid Ong Samten Ling – KSL!

KSL, que significa “Local (Jardim) da Absorção Meditativa Agradável à Mente para a Prática dos Meios de Realização da Linhagem Karma Kagyu” em tibetano, faz parte da Karme Thegsum Tcholing – KTT, que tem sede no Humaitá/RJ e é uma organização não governamental, sem fins lucrativos, fundada em 2007 pelo Lama Karma Tartchin com o objetivo de propagar no Brasil os ensinamentos da escola Karma Kagyu de Budismo Tibetano, liderado pelo XVII Karmapa.

O KSL está a uma altitude de 1.250m com clima seco e chuvas mais localizadas no verão. As temperaturas no inverno oscilam entre 5°C e 20°C e, no verão, entre 20°C e 35°C. Por isso, importante trazer roupas adequadas (e discretas) conforme a época do ano.

Todas as refeições durante o retiro são ovo-lacto-vegetarianas, (café da manhã, almoço, lanche da tarde e ceia) e estão incluídas no valor da inscrição. Não é permitido o consumo de carnes de qualquer natureza, exceção feita nas práticas com Tsog. Tampouco é permitido fumar em qualquer local.

A infraestrutura do KSL, criada para atender as necessidades básicas dos praticantes com um mínimo de conforto e acolhimento, possui dormitório com duas suítes independentes que acomodam 7 pessoas, em 3 beliches e 1 cama em cada, sendo uma suíte destinada aos homens e outra para as mulheres.

Os banheiros possuem duchas com água aquecida por aquecedor a gás, o que garante um banho com bastante água quente mesmo no clima frio.

As camas têm colchão de espuma D33, travesseiros e cobertores bem grossos disponíveis.

O local conta com acesso WiFi à internet.

Para uma estadia mais confortável, não se esqueça de levar:

- 1- Roupas de cama e banho;
- 2- Itens de higiene pessoal;
- 3- Roupas de frio;
- 4- Guarda chuva;
- 5- Chinelo de borracha para banho e de uso dentro do dormitório;
- 6- Calçado ou galocha para andar em caso de chuva para não molhar os pés nem sujar o dormitório;
- 7- Lanterna (ou lanterna do celular) para deslocamento noturno entre a sala de prática e o dormitório;
- 8- Repelente (embora não haja mosquitos geralmente);
- 9- Medicação, caso faça uso de alguma de forma regular ou seja alérgico a picada de inseto ou outros.

Todo o esgotamento sanitário no KSL é tratado através de biodigestores. Dessa forma não se deve jogar papel higiênico ou qualquer outro objeto nos vasos sanitários, nem utilizar produtos de limpeza em excesso, principalmente antibactericidas, para não afetar o funcionamento do sistema.

Por ser um local de retiro, a conduta de cada um no KSL deve ser de muita calma e tranquilidade, sem discussões ou polêmicas de qualquer natureza, principalmente as de cunho político-religiosa.

Esperamos que aproveite e tenha uma ótima prática e experiências! Que todos possam se beneficiar!

Karme Samten Ling – KSL

Boa Vista, Barra Alegre, Bom Jardim

Rio de Janeiro, Brasil – CEP 28666-000

Contato: ksl@ktt.org.br