

MRT++, PRR, RR, DAN MY1-5

BALI, 8 – 20 FEBRUARI 2020

ASHRAM

Ashram adalah tempat yang indah, sejuk, jauh dari keramaian (2jam perjalanan dari kota Denpasar). Ashram bukan villa mewah, bukan hotel, tapi tempat sederhana di mana kita bisa berkumpul dan berdoa bersama. Lokasi ruang doa ada di bagian yang lebih tinggi.

Ashram is a beautiful place with fresh air and far from the city (needs 2hours drive from Denpasar city). Ashram is not a luxury villa, not a hotel, but a homely place where we can be together and pray. Prayer hall is located on higher ground.

Bagi yang punya gangguan kesehatan, atau sudah lansia, tidak disarankan untuk ikut retreat di Ashram. Setiap peserta dimohon untuk membawa sendiri obat-obatan pribadi atau makanan/snacks pribadi jika ada alergi/diet tertentu. Lokasi Ashram cukup jauh dari kota, dan tidak ada transportasi umum yang tersedia. Semua peserta bertanggung jawab atas kesehatan masing-masing, segala penyakit / kecelakaan yang terjadi selama acara menjadi tanggung jawab masing-masing.

If you have any medical health issue, or you are senior, it is not recommended to join retreat at Ashram. Every participant must bring their own medicine or private dried food / snacks if you have allergy /dietary issues. As the location is far from the city, there are no public transport available. All participant is responsible for their own health. Any sickness / injury happen at the workshop / retreat will be participant's own responsibility.

Akomodasi di Ashram hanya untuk peserta retreat.

Bagi peserta RR yang menyambung ikut MYI-5 tetap menginap di Ashram setelah RR selesai. Biaya sudah termasuk untuk akomodasi & konsumsi tgl 15 & 16 Feb 2020.

Accommodation at Ashram is for retreat participant only. If you attend TSR and MY1-5, there will be 1 day off, and all accommodation fees cover the meals and rooms at 15 & 16 Feb 2020.

Tempat tidur yang tersedia di Ashram (Wisma Laki-laki & Wisma Perempuan) sebagian berupa tempat tidur susun (*bunk-bed*), maka pengaturan tempat tidur akan diatur dengan mempertimbangkan usia dan kondisi fisik peserta. Harap maklum. Wisma = bangunan 3 lantai dan diakses dengan tangga.

There are a number of rooms in Ashram with bunk beds, but most of rooms is twin rooms, male and female building is separated. Room arrangement will be arranged by the committee by considering participant age and physical condition. Thank you for your understanding. Female / male building = 3 storey building with stairs.

Peserta membawa sendiri perlengkapan tidur dan perlengkapan mandi pribadi termasuk shampoo/sabun/dsb. Selimut dan handuk disediakan, tapi jika mau lebih nyaman bisa bawa selimut / handuk / seprei sendiri. Tersedia layanan laundry dengan harga ekonomis dan biaya dibayarkan masing-masing.

Participants should bring their personal belonging for sleeping & showers including shampoo/soap/etc. Blanket and towel are provided, but it is the basic one, please bring your own blanket / towel / bed sheet if you need it. There will be a economical laundry service every two days and please pay directly to the laundry staff.

Cuaca di Ashram sejuk, tapi di pagi / malam hari mungkin bisa dingin, mohon membawa jaket / syal. Bulan Februari adalah musim hujan, mohon bawa payung dan pakai sepatu/sandal yang tidak licin.

Weather at Ashram is nice and cool, but in the morning / evening the weather might be cold, so please bring a jacket / shawl. February is rainy season, please also bring your raincoat / umbrella and wearing suitable shoes/sandals.

Ashram yang Baru

The New Ashram

Ada beberapa perubahan kecil yang bisa kita lakukan di Ashram

There are small changes that we can do for Ashram

Sayangi Bumi

Love the Earth

Untuk mendukung program Sayangi Bumi, saat coffee break / makan siang / makan malam tidak disediakan gelas/cangkir, tapi peserta membawa sendiri tumbler masing-masing dan bisa dicuci sendiri masing-masing. Hanya air minum dispenser yang disediakan. Air minum dalam botol sudah tidak disediakan lagi untuk mengurangi sampah plastik.

To support love the earth program, there will be no glass/cup for drinking during coffee break / lunch / dinner. You have to bring your own tumbler and clean it everytime by yourself. Mineral water, tea, coffee are provided on drinking dispenser. Mineral bottled is not available to reduce plastic trash.

Sampah

Garbage

Mohon lakukan sedikit kontribusi untuk menjaga Ashram kita supaya tetap bersih dan nyaman dengan:

- membuang sampah pada tempatnya (sampah sesuai kategori)
- sisa makanan di piring makan dibuang terlebih dahulu, dan piring bisa disusun di tumpukan piring kotor
- mohon meninggalkan meja makan/tempat break/fasum/kamar tidur selalu dalam keadaan bersih
- menjaga ruang doa tetap bersih setiap saat (sampah tissue, bungkus makanan, dsb harus segera dibuang di tempatnya)

Please do a little contribution to our Ashram to keep clean and comfortable by:

- put the any trash on the garbage bin provided
- clean up your own plate before put your dirty plate on the rack
- please always keep dining tables/break areas/common areas/rooms in a clean and neat condition
- keep the prayer hall clean and tidy (no tissues, snacks wrap, etc because it will attract insects)

Supervisor

Terbuka lowongan bagi 15 orang peserta yang berminat untuk menjadi Supervisor, yang tugasnya adalah:

- mencuci piring
- bantu cek apakah fasilitas bisa berfungsi (kamar mandi, toilet), jika ada yang rusak hrs dilaporkan
- bantu cek kebersihan di tiap area
- menegur peserta yang tidak buang sampah pada tempatnya
- akan ada briefing harian di pagi hari
- dan tugas2 lain untuk memastikan Ashram kita tetap bersih, asri dan terjaga
- peserta yang diterima menjadi Supervisor akan diberikan reward potongan biaya akomodasi

We open vacancy for 15 persons who will be a Supervisor, and the job are:

- washing dishes
- check the facilities (shower, toilet) are in good condition, if not you should report it
- check the cleanliness of each area
- to remind participant if he/she not throw the trash on its place
- will be a morning briefing every day
- and other duty to ensure our Ashram keep clean and beautiful
- if you are accepted, you will be rewarded by discount on accommodation fees

JADWAL / SCHEDULE

Dalam kebahagiaan dan rasa syukur kepada Tuhan YME, Natural Way of Living akan mengadakan rangkaian acara lokakarya dan retret pada bulan Februari 2020 di Bali.

LK MRT++ (tidak menginap)

Sabtu dan Minggu, 8 & 9 Februari 2020

Waktu: pk. 0900 – pk. 1700

LOKASI DI HARRIS SUNSET ROAD, BALI

PRR (menginap di Ashram)

Selasa, 11 Februari 2020

Waktu: mulai hari Selasa pk. 0900 & selesai pk 2200 atau keesokan harinya

RR (menginap di Ashram)

Rabu - Sabtu, 12 s/d 15 Februari 2020

Waktu: mulai hari Rabu pk. 0900 & selesai hari Sabtu pk. 1700

MY1-5 (menginap di Ashram)

Senin - Kamis, 17 s/d 20 Februari 2020

Waktu: mulai hari Senin pk. 0900 & selesai hari Kamis pk. 1700

With joy and gratitude to True Source, Natural Way of Living will be holding a series of workshops and retreats in February 2020 in Bali.

MRT++ workshop (accommodation optional)

Saturday and Sunday, 8 & 9 February 2020

Time: 9am to 5pm

LOCATION AT HARRIS SUNSET ROAD, BALI

Preparation to TSR (accommodation mandatory at Ashram)

Tuesday, 11 February 2020

Time: Starts on Tuesday 9am and finishes at 10pm or the next day

TSR (accommodation mandatory at Ashram)

Wednesday – Saturday. 12 – 15 February 2020

Time: Starts on Wednesday 9am and finishes on Saturday 5pm

MY1-5 (accommodation mandatory)

Monday – Tuesday, 17 – 20 February 2020

Time: Starts on Monday 9am and finishes on Wednesday 5pm

TEMPAT / VENUE

MRT++ = Harris Sunset Road

Jl. Pura Mertasari III / 8x, Sunset Road, 80361 Kuta, Indonesia

PRR RR MY1-5 / P-TSR TSR MY1-5 = Ashram, Bali

SENIN MONDAY	SELASA TUESDAY	RABU WEDNESDAY	KAMIS THURSDAY	JUMAT FRIDAY	SABTU SATURDAY	MINGGU SUNDAY
					8 Feb 0800 – 0900 Registration 0900 – 1700 MRT++ at Harris Sunset Road	9 Feb 0800 – 0900 Registration 0900 – 1700 MRT++ at Harris Sunset Road
10 Feb Hari Libur Free Day	11 Feb 0600 group shuttle car to Ashram 0800 – 0900 Registration 0900 – 1700 PRR / Prep to TSR 1500 group shuttle car to Ashram 1930 – 2200 PRR / Prep to TSR	12 Feb 0800 – 0900 Registration 0900 – 1700 RR / TSR 1930 – 2200 RR / TSR	13 Feb 0900 – 1700 RR / TSR 1930 – 2200 RR / TSR	14 Feb 0900 – 1700 RR / TSR 1930 – 2200 RR / TSR	15 Feb 0900 – 1700 RR / TSR 1700 group shuttle car from Ashram to city	16 Feb Hari Libur Free Day 1500 group shuttle car to Ashram
17 Feb 0800 – 0900 Registrasi 0900 – 1700 MY1-5 1930 – 2200 MY1-5	18 Feb 0900 – 1700 MY1-5 1930 – 2200 MY1-5	19 Feb 0900 – 1700 MY1-5 1930 – 2200 MY1-5	20 Feb 0900 – 1700 MY1-5 1700 bus schedule from Ashram			

KETERANGAN:

- Peserta harap tidak datang terlambat
- Pada hari Senin 10 Februari dan Minggu 16 Februari, tidak ada kegiatan apapun
- Saat retreat semua peserta wajib menginap di Ashram, kecuali MRT++ (MRT++ tidak wajib menginap)

INFORMATION:

- All participants must arrive on time
- There is no activity on Monday 10 February and Sunday 16 February (Free Day)
- During the Prep to TSR, TSR, and MY1-5, it is compulsory to stay overnight at Ashram.

LOKAKARYA / RETRET WORKSHOPS / RETREAT

MRT++

Sabtu 8 Februari dan Minggu 9 Februari 2020 / Saturday 8 February and Sunday 9 February 2020

Lokakarya 2 hari (2 days workshop)

PERSYARATAN - MRT++

PESERTA BARU

1. Sudah ikut LK MRT biasa, minimal 2 kali
2. Sudah bisa merasakan hati dengan baik (peserta baru diminta untuk menandatangani formulir pernyataan)
3. Sudah berlatih 4 langkah dasar minimal 5x per minggu masing-masing 30 menit, minimal selama 3 minggu terakhir sebelum MRT++
4. Harus ikut 2 hari penuh

PESERTA PEMANTAPAN

1. Harus ikut 2 hari penuh

PREREQUISITE – MRT++

NEW PARTICIPANTS

1. Have attended MRT workshop, minimum 2x
2. Can feel with the heart properly (new participants must sign a declaration form)
3. Have practiced the 4 basic steps at least 5x/week, at least 30 minutes each time, at least in the past 3 weeks before MRT++
4. Mandatory to join the whole 2 day workshop

REPEATING PARTICIPANTS

1. Mandatory to join the whole 2 day workshop

Biaya lokakarya Workshop fee MRT++	Indonesia	Non Indonesia (org Ind yg tinggal di LN tmsk non Indonesia) Non Indonesian (Indonesians who reside overseas are considered as Non Indonesian)
Peserta Baru New Participant	Rp. 1,500,000.-	USD. 300
Peserta Pemantapan Repeat Participant	Rp. 750,000.-	USD. 200

Biaya hotel (tempat & konsumsi) – tidak menginap: Rp. 730,000.- (makan siang & 2x coffee break. Biaya ini tidak termasuk biaya menginap karena untuk Persiapan MRT++ tidak wajib menginap.

Hotel Fees (venue & meals) – without room: Rp. 730,000 (including lunch & 2 coffee breaks). The fee excludes the room fee because during MRT++ is not compulsory to stay overnight at the hotel.

Pendaftaran terakhir: tgl **31 Desember 2019** atau apabila tempat sudah penuh sebelum / sesudah tanggal 31 Desember 2019.

Latest date for registration: **31 December 2019** or if there is no more vacancy before/after 31 December 2019.

Pembayaran: setelah terima email konfirmasi dari Panitia

Payment: after registration has been confirmed by Committee

PRR (PERSIAPAN RR)

PREPARATION TO TSR

PERSYARATAN PRR

PESERTA BARU

1. Akan ikut MRT++ Feb 2020 ATAU sudah ikut MRT++ **18 bulan** terakhir sebelum RR Feb 2020
2. Akan ikut RR Feb 2020
3. Telah memenuhi semua persyaratan-persyaratan RR

PESERTA PEMANTAPAN

1. Akan ikut RR Feb 2020

PREREQUISITE – PREP TO TSR

NEW PARTICIPANTS

1. Will attend MRT++ Feb 2020 OR have attended MRT++ within the last **18 months** before TSR Feb 2020
2. Will attend TSR Feb 2020
3. Have fulfilled all TSR prerequisites

REPEATING PARTICIPANTS

1. Will attend TSR Feb 2020

Biaya lokakarya PRR Workshop fee Prep to TSR	Indonesia	Non Indonesia (org Ind yg tinggal di LN tmsk non Indonesia) Non Indonesian (Indonesians who reside overseas are considered as Non Indonesian)
Peserta Baru New Participant	Rp. 1,000,000.-	USD. 125
Peserta Pemantapan Repeat Participant	Rp. 350,000.-	USD. 50

Biaya akomodasi di Ashram: mohon lihat tabel biaya akomodasi

Ashram accommodation fee: please read the accommodation fees table

Pendaftaran terakhir: tgl **31 Desember 2019** atau apabila tempat sudah penuh sebelum / sesudah tanggal 31 Desember 2019.

Latest date for registration: **31 December 2019** or if there is no more vacancy before/after 31 December 2019.

Pembayaran: setelah terima email konfirmasi dari Panitia

Payment: after registration has been confirmed by Committee

RR (RETRET KESADARAN SEJATI)

TSR

Peserta baru yang diterima untuk RR jumlahnya **hanya 60 orang**. Penerimaan berdasarkan urutan diterimanya email formulir pendaftaran yang diisi dengan lengkap dan benar (semua syarat sudah lengkap).

Semua peserta harus memenuhi persyaratan RR (lihat halaman terakhir)

Peserta yang sudah memenuhi semua syarat akan diprioritaskan. Peserta yang juga ikut s/d MY1-5 juga diprioritaskan.

Peserta harus sudah menyelesaikan semua syarat termasuk MPK Cross sebelum melakukan pendaftaran.

We will only accept **60 new participants for TSR**. Admission is on a first come first serve basis for those who have fulfilled all prerequisites and that all registration forms have been filled in completely and properly.

All participants must fulfill the TSR prerequisites (see last page)

Participants who already fulfil the prerequisites will be prioritize. Participant who attends MY1-5 will also be prioritize.

New Participants of TSR must fulfil all requirements including Cross Regression before submitting your registration form.

PERSYARATAN RR

PESERTA BARU

1. Harus sudah ikut minimal 1 kali Lokakarya RBA1 dan sudah berlatih minimal 25 hari (1 jam per hari) sebulan sebelum mengikuti RR Feb 2020
2. Akan ikut MRT++ Feb 2020 ATAU sudah mengikuti MRT++ **18 bulan** terakhir
3. Akan ikut PRR Feb 2020
4. Sudah ikut lokakarya HN minimal 3 kali, dan yang terakhir harus dalam waktu < 1 tahun sebelum jadwal RR Feb 2020 (Jika sudah ikut Lokakarya MH6, keikutsertaan lokakarya HN minimal 2 kali)
5. Sudah ikut retret Pendalaman Spiritual minimal 3 kali, dan yang terakhir harus dalam waktu < 1 tahun sebelum jadwal RR Feb 2020
6. Sudah ikut lokakarya MRT biasa minimal 2 kali, dan yang terakhir harus dalam waktu < 1 tahun sebelum jadwal RR Feb 2020
7. Sudah menyelesaikan syarat MPK, saat mendaftar RR memenuhi semua persyaratan MPK atau sudah membuat janji dengan waktu yang cukup untuk menyelesaikan semua persyaratan MPK sebelum PRR.

8. Bagi peserta RR baru yang selesai MPK nya telah lebih dari 6 bulan sebelum jadwal RR Feb 2020, harus melakukan MPK lagi, minimal 1 sesi, untuk hasil yang terbaik
9. Sudah membaca buku “Spiritualitas – makna, perjalanan yang telah dilalui, dan jalan yang sebenarnya” dan buku “Diri Sejati – di balik tubuh yang sementara ini” yang ditulis oleh GM Irmansyah Effendi, MSc.

PESERTA PEMANTAPAN

1. Harus sudah ikut minimal 1 kali Lokakarya RBA1 dan sudah berlatih minimal 25 hari (1 jam per hari) sebulan sebelum mengikuti RR Feb 2020
2. Sudah ikut RR / MY1-5 / MY2 dalam 24 bulan terakhir sebelum RR Feb 2020 ATAU
3. Akan ikut MRT++ Feb 2020, ATAU
4. Telah ikut lokakarya yang diadakan 2 hari / retreat dalam 18 bulan terakhir sebelum jadwal RR Feb 2020 (Lokakarya /retret yang dimaksud adalah salah satu dari berikut ini: a. Lokakarya MRT++, b. retreat Pendalaman Spiritual + MRT)

PREREQUISITES - TSR

NEW PARTICIPANTS

1. Have attended SONW Level 1 at least once and have practiced for at least 25 days (1 hour/day) a month before attending TSR Feb 2020
2. Will attend MRT++ Feb 2020 OR have attended MRT++ within the last 18 months before TSR Feb 2020
3. Will attend Preparation to TSR Feb 2020
4. Have attended IH at least 3 times and attended the last IH within the last 1 year before TSR Feb 2020 (If you have already attended OH6, you only need to attend IH 2 times)
5. Have attended Spiritual Retreat at least 3 times and attended the last Spiritual Retreat within the last 1 year before TSR Feb 2020
6. Have attended MRT at least 2 times and attended the last MRT within the last 1 year before TSR Feb 2020
7. Have fulfilled all TSR Regression requirements upon registration or have made plans with enough time frames to complete all TSR Regression requirements before Preparation to TSR begins.
8. For New TSR Participants who completed their regressions more than 6 months before TSR Feb 2020, you must do at least 1 regression session for the best results
9. Have read “Spirituality – the meaning, our journey, and the true path” and “The Real You – beyond forms and lives by GM Irmansyah Effendi, MSc.

REPEATING PARTICIPANTS

1. Have attended SONW Level 1 at least once and have practiced for at least 25 days (1 hour/day) a month before attending TSR Feb 2020
2. Have attended TSR / MY1-5 /MY2 within the past 24 months before TSR Feb 2020 OR
3. Will attend MRT++ Feb 2020 OR
4. Have attended a 2 day retreat within the past 18 months before TSR Feb 2020 (e.g. a. MRT++, b. Spiritual Retreat + MRT)

Biaya lokakarya RR Workshop fee TSR	Indonesia	Non Indonesia (org Ind yg tinggal di LN tmsk non Indonesia) Non Indonesian (Indonesians who reside overseas are considered as Non Indonesian)
Peserta Baru New Participant	Rp. 2,500,000.-	USD. 400
Peserta Pemantapan Repeat Participant	Rp. 1,250,000.-	USD. 175

Biaya akomodasi di Ashram: mohon lihat tabel biaya akomodasi

Ashram accommodation fee: please read the accommodation fees table

Pendaftaran terakhir: tgl **31 Des 2019** atau apabila tempat sudah penuh sebelum / sesudah tanggal 31 Des 2019.
Latest date for registration: **31 Dec 2019** or if there is no more vacancy before/after 31 Dec 2019.

Pembayaran: setelah terima email konfirmasi dari Panitia
Payment: after registration has been confirmed by Committee

KETENTUAN MPK UNTUK RR BARU

1. Sudah menyelesaikan MPK 16 kehidupan dan cross (3 MPK bahagia, 1 MPK untuk kehidupan yang kurang menyenangkan, dan 12 MPK trauma) dan 1 MPK terakhir dilakukan oleh bu Lingga sebelum retreat dimulai, dan MPK cross juga dengan bu Lingga.
2. Peserta RR baru yang berasal dari negara/area yang jauh yang tidak ada pembimbing MPK di sekitarnya, harus sudah menyelesaikan MPK setidaknya 10 kehidupan dengan cukup baik, setidaknya 3 bulan sebelum jadwal RR.
3. Peserta RR baru yang berasal dari negara/area yang jauh yang ada pembimbing MPK di sekitarnya, harus sudah menyelesaikan MPK setidaknya 12 kehidupan dengan cukup baik, setidaknya 3 bulan sebelum jadwal RR.

*REGRESSION REQUIREMENTS

1. Have completed 16 lifetime regressions plus crossovers (3 joyful, 1 transition and 12 trauma) with the last 1 lifetime done with Lingga before retreat begins, and crossovers are also with Lingga.
2. New TSR participants from cities/areas that have no regression guides must have finished at least 10 lifetimes properly 3 months before TSR commences.
3. New TSR participants from cities/areas that have regression guides must have finished at least 12 lifetimes properly 3 months before TSR commences.

MY1-5

Peserta baru dan pemantapan MY1-5 diterima berdasarkan hasil evaluasi

PERSYARATAN – MY1-5

PESERTA BARU

1. Harus sudah ikut minimal 1 kali Lokakarya RBA1 dan sudah berlatih minimal 25 hari (1 jam per hari) sebulan sebelum mengikuti MY1-5 Feb 2020
2. Sudah ikut RR dalam **24 bulan** terakhir sebelum MY1-5 Feb 2020
3. Sudah ikut MY1-4 **minimal 2 bulan** sebelum MY1-5 Feb 2020 dan sudah berlatih minimal 21 hari berturut-turut
4. Akan ikut MRT++Feb 2020 ATAU telah ikut lokakarya yang diadakan 2 hari / retreat dalam **18 bulan** terakhir sebelum jadwal RR Feb 2020 (Lokakarya /retreat yang dimaksud adalah salah satu dari berikut ini: a. Lokakarya MRT++, b. retreat Pendalaman Spiritual + MRT
5. Sudah MPK syarat MY1-5 dalam 1 tahun terakhir sebelum ikut MY1-5 Feb 2020 dengan pembimbing MPK yang ditentukan: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Fifi, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young. Peserta RR baru yang langsung ikut MY1-5 tidak perlu MPK syarat MY1-5.
6. Melakukan latihan berikut ini:
 - a. PENTING:
Dikasihi disayangi Tuhan, dan menjadi Alat Tuhan minimal 5 kali per hari secara rata-rata (minimal 10 menit setiap kalinya)

- b. Self healing dan DBH secara rutin setiap hari
- c. Latihan-latihan lainnya yang sangat penting untuk persiapan MY1-5: MY1-1, MY1-2, MY1-3, MY1-4, MRT++, RR

PESERTA PEMANTAPAN

1. Harus sudah ikut minimal 1 kali Lokakarya RBA1 dan sudah berlatih minimal 25 hari (1 jam per hari) sebulan sebelum mengikuti MY1-5 Feb 2020
2. Sudah ikut RR / MY1-5 / MY2 dalam **24 bulan** terakhir sebelum MY1-5 Feb 2020 ATAU
3. Akan ikut MRT++ Feb 2020 ATAU telah ikut lokakarya yang diadakan 2 hari / retreat dalam **18 bulan** terakhir sebelum jadwal RR Feb 2020 (Lokakarya /retret yang dimaksud adalah salah satu dari berikut ini: a. Lokakarya MRT++, b. retret Pendalaman Spiritual + MRT)
4. Sudah MPK syarat MY1-5 dalam 1 tahun terakhir sebelum ikut MY1-5 Feb 2020 dengan pembimbing MPK yang ditentukan: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Fifi, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young.
5. Melakukan latihan berikut ini:
 - a. PENTING:
Dikasihi disayangi Tuhan, dan menjadi Alat Tuhan minimal 5 kali per hari secara rata-rata (minimal 10 menit setiap kalinya)
 - b. Self healing dan DBH secara rutin setiap hari
 - c. Latihan-latihan lainnya yang sangat penting untuk persiapan MY1-5: MY1-1, MY1-2, MY1-3, MY1-4, MRT++, RR

All admission for new and repeating MY1-5 participants will be based on evaluation results

PREREQUISITE – MY1-5

NEW PARTICIPANTS

1. Have attended SONW Level 1 at least once and have practiced for at least 25 days (1 hour/day) a month before attending MY1-5 Feb 2020
2. Have attended TSR in the past **24 months** before MY1-5 Feb 2020
3. Have attended MY1-4 in the past 2 months before MY1-5 Feb 2020 and have practiced for 21 days consecutively
4. Will attend MRT++ Feb 2020 OR have attended a 2 day retreat within the past **18 months** before TSR Feb 2020 (e.g. a. MRT++, b. Spiritual Retreat + MRT)
5. Have completed the joyful regression for MY1-5 prerequisite before attending MY1-5 Feb 2020. Authorized guides: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young. New TSR participant who directly continue to MY1-5 does not have to do joyful regression for MY1-5 prerequisite.
6. Have practiced the following:
 - IMPORTANT:
Being loved by True Source, as True Source instruments at least 5x/day for at least 10 minute each time
 - Self Healing & OHM everyday regularly
 - Other practices that are important to prepare for MY1-5: MY1-1, MY1-2, MY1-3, MY1-4, MRT++, TSR

REPEATING PARTICIPANTS

1. Have attended SONW Level 1 at least once and have practiced for at least 25 days (1 hour/day) a month before attending MY1-5 Feb 2020
2. Have attended TSR / MY1-5 /MY2 within the past **24 months** before TSR Feb 2020 OR
3. will attend MRT++ Feb 2020 OR have attended a 2 day retreat within the past **18 months** before TSR Feb 2020 (e.g. a. MRT++, b. Spiritual Retreat + MRT)

4. Have completed the joyful regression for MY1-5 prerequisite before attending MY1-5 Feb 2020. Authorized guides: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young.
5. Have practiced the following:
 - **IMPORTANT:**
Being loved by True Source, as True Source instruments at least 5x/day for at least 10 minute each time
 - Self Healing & OHM everyday regularly
 - Other practices that are important to prepare for MY1-5: MY1-1, MY1-2, MY1-3, MY1-4, MRT++, TSR

Biaya lokakarya Workshop fee MY1-5	Indonesia	Non Indonesia (org Ind yg tinggal di LN tmsk non Indonesia) Non Indonesian (Indonesians who reside overseas are considered as Non Indonesian)
Peserta Baru New Participant	Rp. 2,500,000.-	USD. 400
Peserta Pemantapan Repeat Participant	Rp. 1,500,000.-	USD. 225

Biaya akomodasi di Ashram: mohon lihat tabel biaya akomodasi

Ashram accommodation fee: please read the accommodation fees table

Biaya evaluasi Evaluation Fee	Indonesia	Non Indonesia (org Ind yg tinggal di LN tmsk non Indonesia) Non Indonesian (Indonesians who reside overseas are considered as Non Indonesian)
Peserta Baru New Participant	Rp. 100,000.-	Sesuai tabel biaya evaluasi Refer to the evaluation fee table
Peserta Pemantapan Repeat Participant	Rp. 50,000.-	
Evaluasi ulang Re-evaluation fee	Rp. 50,000.-	

Yang menerima hasil evaluasi: berat harus membayar biaya evaluasi ulang.

Those who receive heavy for the evaluation result must submit the re-evaluation fee

Biaya evaluasi ditransfer setelah terima email konfirmasi dari Panitia.

Please only transfer the evaluation fee after you receive a confirmation email from the committee

Pendaftaran terakhir: tgl **31Des 2019** atau apabila tempat sudah penuh sebelum / sesudah tanggal 31 Des 2019. Apabila terlambat, tidak dapat dievaluasi. dan biaya evaluasi apabila sudah dibayar, tidak akan dikembalikan

Last day of registration: **31 Dec 2019** or if there is no more vacancy before / after 31 Dec 2019. If your registration is late and there is no more vacancy, you will not receive an evaluation and if you have transferred your evaluation fee, it is non-returnable.

Pembayaran: setelah terima email konfirmasi dari Panitia

Payment: only after your registration has been confirmed by the committee

BIAYA
FEES

Biaya Lokakarya
 Workshop Fees

PESERTA BARU NEW PARTICIPANT	MRT++	PRR / Prep to TSR	RR / TSR	MY1-5
INDONESIA (IDR) NON INDONESIA (USD)	1,500,000.- 300	1,000,000.- 125	2,500,000.- 400	2,500,000.- 400
PESERTA PEMANTAPAN REPEAT PARTICIPANT	MRT++	PRR / Prep to TSR	RR / TSR	MY1-5
INDONESIA (IDR) NON INDONESIA (USD)	750,000.- 200	350,000.- 50	1,250,000.- 175	1,500,000.- 225

Biaya tempat/makan untuk MRT++ = IDR 730,000.- (tidak termasuk biaya kamar)
Venue/meals fee for MRT++ = IDR 730,000.- (excluding hotel's room)

Biaya Akomodasi Ashram termasuk tempat, makan, menginap, dan transportasi (biaya per orang, dalam Rupiah) Ashram Accommodation Fees including venue, meals, lodging, and transportation (fees per person in Rupiah)	IDR
Ikut PRR + RR saja - 11Feb – 15Feb Attend Prep to TSR + TSR only - 11Feb – 15Feb Berangkat sama2 ke Ashram pk 0600 tgl 11Feb, pulang dari Ashram pk 1700 tgl 15Feb Altogether going to Ashram at 0600 on 11Feb, return back to the city at 1700 on 15Feb	2,600,000.-
Ikut RR saja (tidak ikut PRR) – 12Feb – 15Feb Attend TSR only (not attending Prep to TSR) – 12Feb – 15Feb Berangkat sama2 ke Ashram pk 1500 tgl 11Feb, pulang dari Ashram pk 1700 tgl 15Feb Altogether going to Ashram at 1500 on 11Feb, return back to the city at 1700 on 15Feb	2,400,000.-
Ikut MY1-5 saja – 17Feb – 20Feb Attend MY1-5 only – 17Feb – 20Feb Berangkat sama2 ke Ashram pk 1500 tgl 16Feb, pulang dari Ashram pk 1700 tgl 20Feb Altogether going to Ashram at 1500 on 16Feb, return back to the city at 1700 on 20Feb	2,400,000.-
Ikut RR + MY1-5 (tidak ikut PRR) – 12Feb – 20Feb Attend TSR + MY1-5 (not attending Prep to TSR) – 12Feb – 20Feb Berangkat sama2 ke Ashram pk 1500 tgl 11Feb, pulang dari Ashram pk 1700 tgl 20Feb Altogether going to Ashram at 1500 on 11Feb, return back to the city at 1700 on 20Feb	4,950,000.-
Ikut PRR + RR + MY1-5 – 11Feb – 20Feb Attend Prep to TSR + TSR + MY1-5 – 11Feb – 20Feb Berangkat sama2 ke Ashram pk 0600 tgl 11Feb, pulang dari Ashram pk 1700 tgl 20Feb Altogether going to Ashram at 0600 on 11Feb, return back to the city at 1700 on 20Feb	5,100,000.-

KAMAR ACCOMMODATION

KAMAR SELAMA PRR, RR, dan MY1-5 (di Ashram)

Kamar pada waktu retreat mayoritas adalah untuk dua orang **peserta** (tapi ada yang untuk 4 orang atau 6 orang)

Jika sudah punya teman yang sudah sepakat mau sekamar selama retreat, dengan syarat check in dan check out pada tanggal yang sama, harap kedua peserta menulis nama temannya dalam formulir pendaftaran.

Semua peserta harus sharing kamar dengan peserta lain.

Jika tidak ada teman sekamar/ tidak menulis teman sekamar pada form pendaftaran, panitia akan mengatur teman sekamarnya dan tidak dapat dirubah lagi.

ACCOMMODATION DURING PREP TO TSR, TSR, and MY1-5 (at Ashram)

Designated accommodation during retreat is for two **participants** (but there are rooms for 4 to 6 persons)

If you already have a friend with whom you have agreed to share a room with, with the condition that the both of you will check in and check out on the same date, please fill in the form with the name of your friend with whom you have agreed to share a room with.

Each participant must share the room with other participant.

If you have no roommate / you do not mention a name for roommate on registration form, , the committee will arrange the rooming list on your behalf (cannot be changed / disputed).

KAMAR HOTEL – Menginap saat MRT++ dan sebelum/sesudah MRT++

Bagi yang ingin menginap di tempat acara pada waktu MRT++ dan sebelum/setelah MRT++, dapat memesan kamar melalui panitia dengan menulis tanggal check in dan check out dalam formulir pendaftaran.

Group rate - **Rp. 675,000.-** /kamar/malam - termasuk *breakfast* untuk 2 orang

Apabila tidak punya teman sekamar berarti sekamar sendiri dengan biaya penuh 1 kamar.
Panitia tidak mencarikan teman sekamar.

Jumlah kamar yang dialokasikan untuk group kita sangat terbatas, harap memesan kamar paling lambat tgl **31 Des 2019**

Pembayaran untuk kamar hotel : Setelah mendapat email konfirmasi dari panitia

Kamar hotel tidak dapat dibatalkan setelah pembayaran

Mohon perhatian, pemesanan kamar saat berada di hotel (saat acara sudah mulai) dilakukan langsung kepada pihak hotel dan rate kamar yang berlaku adalah **Hotel Published Rate (yang lebih tinggi dari rate khusus Group kita)**. Jadi, harap pastikan rencana menginap di hotel dengan sebaik-baiknya sejak sekarang.

ACCOMMODATION – Lodging during MRT++ and before/after MRT++

For those of you who would like to stay in Harris Sunset Road during MRT++ and before/after MRT++, can book the rooms through the committee with the registration form.

Group rate – **Rp. 675,000.-** / room / night – including breakfast for 2 people

If you do not have a roommate, it means you will have to pay the full fee for one room
Committee will not find you a roommate.

We have limited numbers of room for our Group, so please book your accommodation the latest by **31 Dec 2019**.

Payment for accommodation: After you receive confirmation from committee.

Accommodation cannot be refunded after payment.

Please note that all accommodation orders during the actual stay will be done directly with the hotel and you will have to pay the **Hotel Published Rate (usually higher than the special Group rate)**. So it is recommended to plan your stay carefully from now.

PENDAFTARAN

REGISTRATION

Karena perlu upload foto KTP/Pasport, maka untuk melakukan pendaftaran perlu membuat google account.

Isi formulir pendaftaran dengan lengkap dan benar. Link pendaftaran:

<http://bit.ly/AshramFeb20>

Jika form sudah diisi dengan lengkap dan telah berhasil dikirimkan, maka anda akan menerima balasan otomatis via email (no reply email). Email ini BUKAN email konfirmasi dari panitia.

Panitia akan cek ulang apakah masing-masing peserta memenuhi syarat atau tidak (verifikasi ulang) dan mengirimkan email konfirmasi.

Peserta terdaftar apabila sudah menerima email konfirmasi, mentransfer semua biaya sesuai deadline pembayaran serta mengirim email bukti transfer sebagai konfirmasi keikutsertaannya.

Because you need to upload picture of your passport, you have to create your own google account.

Please ensure that you fill in the registration form properly and completely. Registration link:

<http://bit.ly/AshramFeb20>

Once you have filled in all the forms properly and submitted successfully, you will receive an auto-reply via email (no reply email).

The committee will check one by one whether or not each participant has fulfilled the requirements (verification) and sending you the confirmation email.

You are officially registered once you receive confirmation email from the committee, have transferred the correct amount of total fees and send proof of transfer as your confirmation.

PEMBAYARAN

PAYMENT

Harap tidak melakukan transfer sebelum menerima konfirmasi dari panitia .

Untuk membantu kelancaran kerja panitia, periksalah kembali jumlah uang yang akan ditransfer agar tidak terjadi kelebihan/kekurangan transfer.

Jika transfer dilakukan bukan dari rekening atas nama peserta yang bersangkutan, mohon info ditransfer dari rekening bank apa dan atas nama siapa.

Jika transfer dilakukan dengan cara setor tunai ke bank BCA, mohon segera email bukti transfer dan sampaikan bahwa uangnya dibayar dengan setoran tunai.

Bukti Transfer di-email ke masteryoga.indo2@gmail.com. Mohon email bukti transfer dengan cara reply konfirmasi panitia.

Apabila setelah batas akhir pembayaran belum mentransfer biaya dan tidak memberi kabar maka dapat dianggap membatalkan diri.

Panitia tidak menerima pembayaran tunai di tempat untuk biaya lokakarya maupun biaya lainnya.

Pembatalan mengikuti retret setelah tanggal **31 Januari 2020** akan dikenakan pemotongan biaya sebesar **100% dari biaya paket tempat LK, konsumsi & kamar hotel** (semua biaya hangus, kecuali biaya lokakarya)

Please do not make a transfer before receiving confirmation email from the committee.

Please ensure that you transfer the proper amount.

If the transfer is not from your bank account, please inform us the account's name.

Please attach the proof of transfer to masteryoga.indo2@gmail.com by replying to the confirmation from the committee.

If until the time limit you have not yet made the transfer/payment, and you did not give us any information then we assume that you cancel your registration.

Cancellation of registration for workshops and retreats after **31 January 2020** will result in 100% unrefundable fees for venue, hotels and meals.

TAMBAHAN BIAYA ADMINISTRASI UNTUK PENDAFTARAN TERLAMBAT

ADDITIONAL ADMINISTRATION FEE FOR LATE REGISTRATION

Peserta yang melakukan pendaftaran **setelah tanggal 31 Desember 2019** (apabila tempat masih tersedia), akan dikenakan **biaya** sebesar **Rp. 200,000.-** per orang

Yang melakukan pendaftaran **setelah tanggal 14 Januari 2020** (apabila tempat masih tersedia), akan dikenakan **biaya** sebesar **Rp. 300,000.-** per orang

Yang melakukan pendaftaran **setelah tanggal 31 Januari 2020** (apabila tempat masih tersedia), akan dikenakan **biaya** sebesar **Rp. 500,000.-** per orang

Yang melakukan pendaftaran setelah acara dimulai, yaitu **setelah tanggal 7 Februari 2020**, akan dikenakan **biaya** sebesar **Rp. 750,000.-** per orang

Participants who register **after 31 December 2019** (if there is still available space), will be penalized **IDR 200,000.-** /person for late registration fees.

Those who register **after 14 January 2020** (if there is still available space), will be penalized **IDR 300,000.-** /person for late registration fees.

Those who register **after 31 January 2020** (if there is still available space), will be penalized **IDR 500,000.-** /person for late registration fees.

Those who register after workshops begin, which is on **7 February 2020** (if there is still available space), will be penalized **IDR 750,000.-** /person for late registration fees.

TRANSPORTASI

TRANSPORTATION

Panitia menyediakan transportasi ke Ashram / dari Ashram

Transportasi disediakan sesuaikan dengan jumlah peserta yang terdaftar, peserta harap datang/berangkat sesuai dengan jadwal lokakarya yang diikuti. Bagi peserta yang terlambat harus mengurus dan menanggung biaya transportasi sendiri.

Semua peserta tidak diperkenankan menginap di Asham di luar jadwal yang ditentukan.

Tempat keberangkatan transportasi :

- Peserta yang ikut mulai dari PRR/RR, harus mengisi tempat keberangkatan pada waktu mengisi formulir pendaftaran:
 - Hotel Harris Sunset Road
 - Hotel Ramada Encore Seminyak
- Peserta RR saja / MYI-5 saja dari: Hotel Ramada Encore Seminyak

Committee will provide transportation to Ashram and from Ashram

The number of shuttle car is based on number of registered participant, all participants must check in / check out as the schedule of retreat. If you are late, you have to arrange and pay your own transportation to Ashram.

You are not allowed to check in early or late check out at Ashram.

Pick up location:

- If you attend Prep to TSR / TSR, you have to choose your pick up location when you fill in the form:
 - Hotel Harris Sunset Road
 - Hotel Ramada Encore Seminyak
- If you only attend TSR / MY1-5: Hotel Ramada Encore Seminyak

Jadwal Transportasi ke Ashram

Transportation Schedule to Ashram

Selasa 11Feb pada pk 0600 WITA - Untuk peserta yang mulai dari PRR

Ada 2 lokasi tempat kumpul mobil antar jemput = Hotel Harris Sunset Road / Ramada Encore Seminyak

Tuesday 11Feb at 0600 in the morning – for those who attend Prep to TSR

There are 2 locations of shuttle car pool = Harris Sunset Road or Ramada Encore Seminyak

Selasa 11Feb pada pk 1500 WITA - Untuk peserta yang mulai dari RR

Ada 2 lokasi tempat kumpul mobil antar jemput = Hotel Harris Sunset Road / Ramada Encore Seminyak

Tuesday 11Feb at 1500 – for those who attend TSR

There are 2 locations of shuttle car pool = Harris Sunset Road or Ramada Encore Seminyak

Minggu, 16Feb pada pk 1600 WITA - Untuk peserta yang ikut MY1-5 saja

Berangkat dari Ramada Encore Seminyak

Sunday 16Feb at 1600 – for those who attend MY1-5 only

Please be ready at Ramada Encore Seminyak

Semua peserta mohon kumpul tepat waktu. Jika terlambat, harus urus & bayar sendiri transportasi masing-masing dan harus sudah tiba di Ashram pk 0830 (peserta PRR) atau pk 1800 (peserta RR & MY1-5).

All participant must be on time. If you are late, you have to arrange and pay your own transportion to Ashram and you should arrive at Ashram at 0830 (Prep to TSR participant) or at 1800 (TSR & MY1-5)

Dari Ashram ke Hotel Ramada Encore Seminyak / Hotel Sanur Agung / Airport

From Ashram to Ramada Encore Seminyak or Sanur Agung or Airport

Sabtu 15Feb - Untuk peserta RR yang tidak ikut MY1-5

Berangkat dari Ashram pk 1700 WITA

Saturday 15Feb – for TSR participant who will not continue to MY1-5

From Ashram at 1700

Kamis, 20Feb - Untuk peserta MY1-5

Berangkat dari Ashram pk 1700 WITA

Thursday 20Feb – for MY1-5 participant

From Ashram at 1700

BAGASI

BAGGAGE

Mohon agar barang bawaan masing-masing tidak terlalu banyak karena mobil yang dipakai kapasitasnya terbatas, ukuran kamar juga kecil, dan di Ashram tidak ada lift, harus bisa angkat sendiri barang bawaan masing-masing ke kamar. Mohon tidak membawa barang berharga, panitia tidak bertanggung jawab atas kehilangan / kerusakan barang dengan alasan apapun juga. Barang masing-masing di bawah pengawasan masing-masing.

Please do not bring along too many things in your luggage, because we could not use large car / bus, room size is small, and there is no elevator at Ashram, you have to carry on your luggage into your room.

Please do not bring valuable items, committee will not responsible for any loss / damage to your baggage for any reasons. Your own personal belongings must be under your supervision.

Batas maksimal bagasi yang dibawa per peserta: 1 koper ukuran medium maksimum 20kg + 1 koper ukuran cabin.

Your baggage allowance per person: 1 luggage medium size maximum 20kg plus 1 carry on bag (cabin bag)

DOA MARATHON

MARATHON PRAYER

Akan diadakan doa marathon selama 2 minggu di BPH Bali setelah selesai acara MY1-5.

Untuk informasi/pendaftaran, silakan menghubungi Pak Ongko/Ibu Irma, ongkojh@hotmail.com atau irmatrihart@hotmail.com , WA +628123958899

There will be Marathon Prayer for 2 weeks at BPH Bali (Sanur) after MY1-5 finish.

More info please contact p Ongko / bu Irma, ongkojh@hotmail.com or irmatrihart@hotmail.com , +628123958899

PROGRAM PENDUKUNG ALUMNI (PPA)

(.. this is for Indonesians only)

Program Pendukung Alumni adalah program pinjaman tanpa bunga untuk sebagian biaya yang diperlukan, dan pengembaliannya dapat secara angsuran apabila ada pengajuan sebelumnya.

Bagi yang berminat mengikuti program ini, silahkan langsung menghubungi Bapak Sucianto dengan mengirim email ke sucianto3@gmail.com paling lambat **10 hari sebelum batas akhir pembayaran.**

LAIN-LAIN

ETC..

Selama acara akan disediakan kursi hotel (bukan kursi yang di lantai) di dalam ruangan

Saat MRT++ semua peserta duduk di kursi hotel

Saat RR dan MY1-5 bagi yang ingin duduk di bawah silakan membawa kursi meditasi dan kain alas sendiri

The hotel will provide normal chairs during the workshops/retreats

During MRT++ all participants will sit on normal chairs

During TSR & MY1-5, for those who prefer to use meditation chair, you are welcome to bring your own meditation chair.

INFORMASI

INFORMATION

Email : masteryoga.indo2@gmail.com

PERSYARATAN RR & MY1-5 FEB 2020

TSR & MY1-5 FEB 2020 PREREQUISITE

Persyaratan untuk semua peserta RR dan MY1-5 (baru dan pemantapan) dilakukan **minimal 1 minggu** sebelum acara:

- Melakukan puasa, tidak makan daging kecuali telur, ikan, dan makanan laut
- Tidak memakai HP secara berlebihan untuk chatting via whatsapp, line, wechat dsb selama lebih dari 30 menit sehari / 1.5 jam sehari apabila dipakai untuk bekerja
- Tidak bermain media social (Facebook, Instagram, Snapchat dsb) selama lebih dari 30 menit sehari
- Tidak bermain game/nonton TV/nonton film/nonton Netflix selama lebih dari 2 jam sehari
- Berpikiran, berkata-kata, dan bertingkah laku yang lebih baik
- Tidak merokok, tidak minum minuman keras
- Tidak menggunakan narkoba
- Tidak melakukan hubungan intim / seksual
- Doa Buka Hati minimal 1 kali sehari
- Melakukan perenungan setiap hari bagi peserta RR
 - a. Apa artinya Tuhan dan Kasih SayangNya yang tiada batasnya bagi anda?
 - b. Seberapa besar Kasih Sayang yang telah anda terima dari Tuhan?
 - c. Sudah cukupkah anda memberikan hati, waktu dan hidup anda untuk lebih dekat kepada Tuhan?
 - d. Apa artinya apabila sebagai roh dapat langsung berada di hadapan Tuhan?
 - e. Seberapa pentingkah bagi anda untuk dapat kembali seutuhnya kepada Tuhan?
 - f. Seberapa % dari hati, waktu, dan hidup anda yang akan anda dedikasikan untuk mencapai yoga apabila anda yakin bahwa anda mempunyai kesempatan untuk dapat kembali seutuhnya kepada Tuhan?

Additional guidelines & Reflection to be done by all TSR & MY1-5 participant (new & repeating) **minimum 1 week** before the retreat:

- Do not eat meat/poultry (eggs and seafood are allowed)
- Do not use cell/mobile phone excessively to chat via Whastapp, Line, Wechat etc. Maximum 30 minutes/day or 1.5 hours/day if it is work-related
- Do not spend too much time on social media (Facebook, Instagram, Snapchat etc). Maximum 30 minutes/day.
- Do not play games/watch TV/watch Netflix/Movies longer than 2 hours a day.
- To think, speak and behave better in daily life
- Do not smoke or drink alcohol
- Do not use drugs
- No sex
- Do the Open Heart prayer at least once a day
- Daily Reflection:
 - a. What do True Source and unlimited True Source Love mean for you?
 - b. How much Love have you received from True Source?
 - c. Have you given enough of your heart, time and life to become closer to True Source?
 - d. What does it mean to have the opportunity as your true self to be directly in front of True Source?
 - e. How important it is for you to be able to return to True Source completely?
 - f. How much of your heart, time and life that you will dedicate to returning to True Source if you believe that you have the chance to be able to return to True Source completely?

PESERTA BARU RR

1. Telah mengikuti lokakarya HN dan retreat Pendalaman Spiritual minimal 3 kali, yang terakhir ikut dalam waktu < 1 tahun sebelum retreat Kesadaran Sejati (RR) Feb 2020 (HN dalam lokakarya MH6 dapat dihitung. Jika sudah ikut Lokakarya MH6, keikutsertaan lokakarya HN minimal 2 kali)
2. Telah mengikuti lokakarya MRT minimal 2 kali, dan MRT++ minimal 1 kali, yang terakhir Feb 2020 sebelum RR Feb 2020.
(point 1 dan 2 tidak boleh kurang satu pun dan tidak boleh disusul)
3. Ikut PRR (Persiapan Retreat Kesadaran Sejati) Feb 2020
4. Dapat masuk ke kesadaran jiwa cukup bagus (diseleksi pada saat PRR)
5. Telah melakukan Doa Buka Hati sendiri, minimal 50 kali dengan benar dan sungguh-sungguh DAN pernah mengikuti Doa Buka Hati bersama kelompok, minimal 10 kali, dengan benar dan sungguh-sungguh
6. Setelah mencapai kesadaran jiwa, mengunjungi panti asuhan anak-anak minimal 2 kali dan mengunjungi panti jompo minimal 1 kali. Kunjungan harus disertai dengan ramah tamah dengan penghuni minimal 1 jam untuk setiap tempat dan tidak hanya sekedar mampir saja
7. Mengisi Formulir Permohonan Mencapai Kesadaran Sejati dan menyerahkannya pada waktu absensi kehadiran di hari acara
8. Anda akan diberitahu apakah lolos pra seleksi atau tidak. Sekiranya anda lolos pun, tetapi saat PRR tidak lolos, maka anda tidak dapat melanjutkan ke RR. Tetapi, semua syarat yang diberikan adalah persiapan-persiapan yang terbaik yang dibutuhkan. Jadi tinggal dilakukan dengan sebaik-baiknya tanpa perlu khawatir.
9. Sudah membaca buku "Spiritualitas – makna, perjalanan yang telah dilalui, dan jalan yang sebenarnya" dan buku "Diri Sejati – di balik tubuh yang sementara ini" yang ditulis oleh GM Irmansyah Effendi, MSc.

NEW TSR PARTICIPANTS

1. Have attended IH & Spiritual Retreat at least 3 times and attended the last IH & SR within the last 1 year before TSR Feb 2020 (OH6 is equivalent to IH. If you have already attended OH6, you need to only attend IH twice)
2. Have attended MRT at least 2 times and at least MRT++ once, the latest one Feb 2020 before TSR Feb 2020.
(no dispensation on point 1 & 2 and cannot be done afterwards)
3. Will attend Preparation to TSR Feb 2020
4. Able to shift to your soul consciousness properly (will be evaluated again during Preparation to TSR)
5. Have completed Open Heart Prayer/Meditation min. 50x properly on your own AND 10x with a group (online or offline)
6. After reaching soul consciousness, you are required to make at least 2 visits to orphanages, nursing homes, communities in need and spend at least 1 hour to share the Love, chat, give hand to hand donations etc.
7. Filled in and signed the Form "Request to reach True Self Consciousness" to be given to coordinator during Prep to TSR
8. You will be informed during Preparation to TSR whether you pass the final evaluation from GM. However, all of the requirements above are given so you will be prepared properly. Just do your best and do not worry.
9. Have read "Spirituality – the meaning, our journey, and the true path" and "The Real You – beyond forms and lives" by GM Irmansyah Effendi, MSc.

PESERTA PEMANTAPAN RR

1. Sudah ikut RR / MY1-5 / MY2 dalam **24 bulan** terakhir sebelum RR Feb 2020 ATAU
2. Akan ikut MRT++ Feb 2020 ATAU
3. Telah ikut lokakarya yang diadakan 2 hari / retreat dalam 1 tahun terakhir sebelum jadwal RR Feb 2020 (Lokakarya /retret yang dimaksud adalah salah satu dari berikut ini: a. Lokakarya MRT++, b. retreat Pendalaman Spiritual + MRT)

REPEATING TSR PARTICIPANT

1. Have attended TSR / MY1-5 /MY2 within the past **24 months** before TSR Feb 2020 OR
2. Will attend MRT++ Feb 2020 OR
3. Have attended a 2 day retreat within the past **12 months** before TSR Feb 2020 (e.g. a. MRT++, b. Spiritual Retreat + MRT)

PESERTA BARU / PEMANTAPAN MY1-5

1. Sudah ikut RR minimal **24 bulan** terakhir (peserta pemantapan: RR/MY1-5/MY2 dalam **24 bulan** terakhir) sebelum RR Feb 2020 ATAU
2. Akan ikut MRT++ Feb 2020 ATAU
3. Telah ikut lokakarya yang diadakan 2 hari / retreat dalam 1 tahun terakhir sebelum jadwal RR Feb 2020 (Lokakarya /retret yang dimaksud adalah salah satu dari berikut ini: a. Lokakarya MRT++, c. retreat Pendalaman Spiritual + MRT)
4. Sudah melakukan MPK syarat MY1-5 dalam 1 tahun terakhir sebelum ikut MY1-5 Feb 2020 dengan pembimbing MPK yang ditentukan: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Fifi, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young. Peserta RR baru yang langsung ikut MY1-5 tidak perlu MPK syarat MY1-5.

NEW/ REPEATING MY1-5 PARTICIPANTS

1. Have attended TSR within the past **24 months** (repeat participant: TSR/ MY1-5 /MY2 within the past **24 months** before TSR Feb 2020 OR
2. Will attend MRT++ Feb 2020 OR
3. Have attended a 2 day retreat within the past 18 months before TSR Feb 2020 (e.g. a. MRT++, b. Spiritual Retreat + MRT)
4. Have completed the joyful regression for MY1-5 prerequisite before attending MY1-5 Feb 2020. Authorized guides: p Ongko, p Djoko, bu Kasandra, bu Sunny, p Karto, p Wilarjo, bu Lonneke, bu Lingga, Ed Rubenstein, Crystal Sanders, Amanda Young. New TSR participant who directly continue to MY1-5 does not have to do joyful regression for MY1-5 prerequisite.

KATEGORI DISKON PESERTA

MRT++, PRR, RR, MY1-5

- Diskon Peserta berlaku hanya untuk peserta Baru. Peserta pemantapan tidak mendapatkan diskon
- Diskon ini berlaku untuk Lokakarya / Retret MRT++, PRR, RR, MY1-5 saja. Lokakarya RBA tidak masuk dalam kategori diskon ini
- Diskon karena masalah keuangan akan dipertimbangkan per kasus, mohon hubungi langsung ke Koordinator
- Diskon berikut ini tidak bisa digabungkan dengan diskon lainnya
- Diskon berlaku untuk biaya lokakarya saja. Biaya tempat, biaya makan, atau biaya hotel lainnya tidak diskon.

Kategori Diskon	Besarnya Diskon	Yang termasuk dalam Kategori Diskon
Kategori 1	Diskon 25%	• Guru SD / SMP / SMA
Kategori 2	Diskon 40%	• Anak-anak usia 17 tahun ke bawah • Pelajar atau Mahasiswa S1 yang tidak bekerja • Lansia (di atas 60 tahun) yang kurang mampu
Kategori 3	Diskon 50%	• Anak-anak 12 tahun ke bawah • Jika seseorang mengajak 2 orang anaknya atau lebih (semuanya di bawah usia 17 tahun) dan ikut acara yang sama, maka setiap anaknya bisa mendapatkan diskon 50% (dalam kasus ini, orang tuanya tidak mendapatkan diskon)

KATEGORI DISKON PENGAJAR/PENGURUS

MRT++, PRR, RR, MY1-5

- Diskon ini berlaku untuk Lokakarya / Retret MRT++, PRR, RR, MY1-5 saja. Lokakarya RBA tidak masuk dalam kategori diskon ini
- Diskon Pengajar/Pengurus berlaku untuk peserta Baru dan Pemantapan
- Diingatkan kembali bahwa diskon untuk Pengajar/Pengurus adalah merupakan kebijaksanaan dari Pusat dan bisa saja berubah atau dibatalkan sewaktu-waktu tanpa pemberitahuan terlebih dahulu
- Pusat juga akan mendorong dan memotivasi para Pengajar/Pengurus, sehingga walaupun tidak sepenuhnya memenuhi persyaratan diskon, tetapi mendekati dan sudah mengusahakan yang terbaik, mohon email Koordinator dan sampaikan rangkaian Lokakarya yang telah dilakukan dalam 12 bulan terakhir, dan semua info terkait untuk memohon kebijaksanaan dari GM.
- 1 set rangkaian Lokakarya artinya salah satu dari [RT1 & RT2], [RT3A & Meditasi + Kundalini], [MH1 & MH2], [MH3 & MH4], atau [MH5 & MH6]
- 1 set rangkaian lokakarya yang diselenggarakan oleh Pengurus / dibawakan oleh Pengajar harus memenuhi persyaratan minimal **10 peserta baru** pada hari kedua lokakarya supaya dapat dihitung dalam kategori diskon. Misalnya: Bob menyelenggarakan lokakarya RT1 & RT2 di Michigan dengan 15 peserta baru untuk RT1 dan hanya 9 peserta baru untuk RT2. Rangkaian lokakarya ini tidak bisa perhitungkan untuk diskon Bob. Fred menyelenggarakan lokakarya MH5 & MH6 di LA dengan 12 peserta baru untuk MH5 dan 10 peserta baru untuk MH6. Rangkaian lokakarya ini bisa diperhitungkan untuk diskon Fred
- Diskon berikut ini tidak bisa digabungkan dengan diskon lainnya
- Diskon berlaku untuk biaya lokakarya saja. Biaya tempat, biaya makan, atau biaya hotel lainnya tidak diskon.

Kategori Diskon	Besarnya Diskon	Yang termasuk dalam Kategori Diskon
Kategori 0	Tidak ada diskon	- Pengajar Padma yang tidak mengajar Lokakarya sama sekali dalam 12 bulan terakhir - Pengurus yang tidak menyelenggarakan Lokakarya sama sekali dalam 12 bulan terakhir - Pembimbing MPK yang membimbing 0 – 39 sesi dalam 12 bulan terakhir
Kategori 1	Diskon 10%	- Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 1 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 orang peserta baru pada hari kedua lokakarya) - Pengurus yang telah menyelenggarakan minimal 1 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya)
Kategori 2	Diskon 25%	- Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 2 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 orang peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pengurus yang telah menyelenggarakan minimal 2 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pembimbing MPK yang telah membimbing minimal 40 sesi dalam 12 bulan terakhir - Mantan Pengurus Aktif selama 12 bulan (minimal sudah menyelenggarakan 2 set rangkaian lokakarya per tahun dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya)
Kategori 3	Diskon 40%	- Aktifis Klinik Padma yang aktif, minimal 6 jam per minggu dalam 12 bulan terakhir. Klinik Pribadi tidak termasuk. Bagi yang kliniknya hanya buka < 6 jam per minggu atau belum 12 bulan, tidak ada diskon - Mantan Pengurus Aktif selama 24 bulan (minimal sudah menyelenggarakan 2 set rangkaian lokakarya per tahun dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya dalam 2 tahun)
Kategori 4	Diskon 50%	- Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 3 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 orang peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pengurus yang telah menyelenggarakan minimal 3 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pembimbing MPK yang telah membimbing minimal 60 sesi dalam 12 bulan terakhir
Kategori 5	Diskon 75%	- Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 5 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 orang peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pengurus yang telah menyelenggarakan minimal 5 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pembimbing MPK yang telah membimbing minimal 100 sesi dalam 12 bulan terakhir
Kategori 6	Diskon 100%	- Pengajar Padma yang telah mengajar lebih dari 8 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 orang peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pengurus yang telah menyelenggarakan lebih dari 8 set rangkaian lokakarya dalam 12 bulan terakhir (dengan minimal 10 peserta baru pada hari kedua lokakarya dalam setiap set rangkaian lokakarya) - Pembimbing MPK yang telah membimbing minimal 150 sesi dalam 12 bulan terakhir
Kategori 7	Diskon Pengajar / Pengurus Senior	Pengajar / Pengurus Senior yang mendapatkan Diskon Khusus telah dikirimkan surat dari Pusat dan akan disampaikan saat pendaftaran

CATATAN:

- Keluarga langsung dari pengajar/pengurus ataupun pembimbing MPK aktif menerima diskon setengah dari pengajar/pengurus/pembimbing MPK.
Misalnya: A mendapatkan diskon 100%, maka isteri dan anaknya mendapat diskon 50%
- Definisi keluarga langsung :
 - o Belum menikah: Orang tua, kakak/adik yg belum menikah
 - o Sudah menikah : Orang tua, istri/suami, anak yang belum menikah
- Bagi seseorang yang merangkap beberapa jabatan, dapat memilih diskon yang tertinggi yang didapatkan. Hal ini berlaku sama untuk keluarga yang bersangkutan.
Misalnya: A adalah pembimbing MPK yang sudah melakukan 200 sesi MPK (diskon 100%) di tahun terakhir tetapi hanya mengajar 2 set Lokakarya MH (diskon 25%) maka A bisa memilih untuk mengambil diskon 100%, suami dan anaknya mendapatkan diskon 50%.
- Syarat Diskon: Bukti diskon - KTP/KTM/ Surat keterangan dari Ketua Perwakilan harap disertakan pada waktu mendaftar. Laporan frekuensi dan jumlah peserta baru dalam setiap lokakarya.

PARTICIPANT DISCOUNT

MRT++, Prep to TSR, TSR, MY1-5

- Participant discount applies only to New workshops
- Discounts are only applicable for MRT++, Prep to TSR, TSR, MY1-5 workshop / retreat. SONW workshops are not included.
- Financial Difficulty discount will be evaluated case by case, please contact the coordinator directly
- Discounts cannot be combined with other discounts
- Discounts are only applicable for workshop fees not including hotel, venue, meals.

Discount Category	Discount Amount	Category Description
Category 1	25% discount	• Primary to High Schoolteachers
Category 2	40% discount	• Children 17 years of age and below • Students to Undergraduate students who are not working • Senior (60+ years old) & needy
Category 3	50% discount	• Children 12 years old and under • If a parent brings 2 or more children below the age of 17 years to the same event, each child receives 50% discount (no discount for the parent in this case)

TEAM MEMBER DISCOUNT

MRT++, Prep to TSR, TSR, MY1-5

- Team Discounts are only applicable for MRT++, Prep to TSR, TSR, MY1-5 workshop / retreat. SONW workshops are not included.
- Team discounts are applicable for New & Repeat Fees
- Please be reminded that discounts for team members are an extension of goodwill from HO and may be changed or annulled at any time without prior notice
- HO would also like to encourage and motivate coordinators and instructors, so even though you do not completely fulfil the requirements of a discount, but are considerably close and have tried your best, please kindly email the coordinator of the event the list of workshops you have conducted in the past 12 months and all related information to request consideration from GM
- A set of workshop meaning either [RT1&2], [RT3A & Meditation + Kundalini], [OH1&2], [OH 3&4], or [OH 5&6]
- A set of workshop held by a Padma coordinator/taught by instructor need to have a **minimum of 8 new participants** in the second workshop of the set to be counted. E.g. Bob organized RT1&2 in Michigan with 10 new participants for RT 1 and 7 new participants for RT 2. This set of workshop is **not** counted for Bob. Fred organized OH 5&6 in LA with 10 new participants for OH 5 and 8 new participants for OH 6. This set of workshop can be counted for Fred
- Discounts cannot be combined with other discounts
- Discounts are only applicable for workshop fees not including hotel, venue, meals.

Discount Category	Discount Amount	Category Description
Category 0	No discount	• Padma instructor teaching no workshops in the past 12 months • Coordinator who has not organized any workshops in the past 12 months. • Regression Guide with 0-39 regression sessions in the past 12 months
Category 1	10% discount	• Padma instructor teaching at least 1 set of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set) • Coordinator who has organized at least 1 set of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set)
Category 2	25% discount	• Padma instructor teaching at least 2 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set) • Coordinator who has organized at least 2 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set) • Regression Guide with min. 40 sessions in the past 12 months • Ex-Coordinator who had been active for 12 months (At least 2 sets of workshops per year with minimum 8 new participants for the second workshop of each set for 2 years)
Category 3	40% discount	• Padma Healing Clinic Member active min. 6 hours/week in the past 12 months • Ex-Coordinator who had been active for 24 months (At least 2 sets of workshops per year with minimum 8 new participants for the second workshop of each set for 2 years)
Category 4	50% discount	• Padma instructor teaching at least 3 sets of workshops in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Coordinator who has organized at least 3 sets of workshops in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Honorary Coordinator whose name is on the formal list of Honorary Coordinator in the International Regulations • Regression Guide with min. 60 sessions in the past 12 months
Category 5	75% discount	• Padma instructor teaching 5 sets of workshops in the past 12 months. (with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Coordinator who has organized at least 5 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Regression Guide with min 100 sessions in the past 12 months
Category 6	100% discount	• Padma instructor teaching more than 8 sets of workshop in the last 12 months.(with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Coordinator who has organized more than 8 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of each set) • Regression Guide with min. 150 sessions in the past 12 months
Category 7	Senior Instructor /Coordinator Discount	• Senior Instructors/Coordinators who qualify for a special discount have been issued a letter from HO and will present upon registration

Notes:

- Immediate family members of instructors/coordinators or regression guides who qualify for a discount receive half of the discount of the respective instructor/coordinator/guide.
e.g. Instructor A receives 100% discount, then his wife and children receive 50% discount.
- Immediate Family Terminology:
 - o Single: Parents, unmarried siblings
 - o Married/in a permanent relationship : Parents, spouse, unmarried children
- Those who hold more than one position can choose the highest discount they qualify for. And this applies to the immediate family.
e.g. A is a regression guide who has done 200 regression sessions (100% discount) in the past year but A has only taught 2 sets of OH workshops (25% discount). Hence A can elect to opt for the 100% discount, and his wife and children will receive 50% discount.
- Discount prerequisite: ID Card / Reference from the Head Coordinator / Report on past workshop schedules and number of new participants in each workshop.