**Nota per a Visitants Arribant per la Benedicció de Guru (D'un Company Devot)**

 12 de maig de 2013

 Can Guru no és un equipament de Cinc-Estrelles però és Natura pristina, sense adornaments. Pot ajudar per a la Sangha urbanitzada preparar-se per a una experiència de camping amb un cor i ment completament oberts.

**Aquí hi han algunes coses que hauries de portar:**

● Una llanterna o llum frontal, preferiblement una d'ecològica sense bateries.

● Tovallola, sabó, champú, raspall de dents+pasta, i altres articles de tocador.

● Bàlsams per a mossegades d'insectes o picades.

● Les teves medicines regulars, suplements vitamínics (al voltant de Guru vaig trobar que no en necessitava cap.)

● Farmaciola personal de primers auxilis.

● Barret de sol o gorra, loció solar, loció UV etc.

● Ulleres de sol.

● Ampolla d'aigua portable. (Tenim un petit filtre d'aigua per aigua de pou.)

● Paper de lavabo.

● La gent gran especialment poden desitjar portar un "cassó de nit" tapat i subjecció absorbent per a ús a dins, salvant-se de viatges de nit cap als (a vegades) distants lavabos.

● Menjadors primmirats poden desitjar portar snacks secs, sopes en pols i begudes.

● Per el campament, us convindria una galleda i una cullera grossa per a Dutxes a l'aire lliure.

● Pala de camping i bosses d'escombraries extra grans.

● Tenda, estora i sac de dormir.

● Sacs de dormir calents per clima molt fred durant la temporada freda.

**Contribucions:**

Les persones han estat preguntant sobre donacions. Si esteu inspirats per contribuir en línia per a les preparacions (menjar, tenda puja, tarps, bamboo, etc), per favor clica el botó Donacions sobre bsds.org. Per contribuir en l'indret, per favor trobar Jyampa Topchen.

**Requeriments dins els Recintes Sagrats:**

● Es demana a la Sangha de treure's tot el que sigui de cuir o seda, joies així com ulleres quan venint a Guru per a Benedicció. (Una bossa de mà juda.)

● Treure's sandàlies abans d'entrant en recintes sagrats per meditació i Benedicció.

● No cal dir, ni radios ni xerrameca que distreu.

● Restringir les trucades telefòniques a emergències només.

● Deixar cameras, telèfons intel·ligents i grabadores de video fora el recinte.

● Aquí hi ha la nostra oportunitat d'aprofundir els nostres directes enllaços amb Guru. És millor abstenir-se de xafarderia (Separació) i romandre en un estat meditatiu/pregària fins i tot quan som de tornada a les nostres tendes. Anant cap a dins, venim més a prop de Guru i, creient-ho o no, de cadascú.

Benvinguts, Germanes i Germans!

 Joan

[https://bsds.org/ca/news/153/nota-per-a-visitants-arribant-per-la-benediccio-de](https://bsds.org/https%3A//bsds.org/ca/news/153/nota-per-a-visitants-arribant-per-la-benediccio-de)