

ONLINE – HATI NURANI, RETRET PENDALAMAN SPIRITUAL (KHUSUS PEMANTAPAN), MRT

ONLINE – INNER HEART, SPIRITUAL RETREAT (FOR REPEATERS ONLY), MRT

29 May – 1 June 2020

Dalam kebahagiaan dan rasa syukur kepada Tuhan YME, Natural Way of Living akan mengadakan online Lokakarya Hati Nurani, Retret Pendalaman Spiritual khusus pemantapan, dan MRT pada bulan Mei-Juni 2020.

With joy and gratitude to True Source, Natural Way of Living will be holding online Inner Heart workshop, Spiritual Retreat (for repeaters only), and MRT on May-June 2020.

TEMPAT / VENUE

Online menggunakan Zoom / Online using Zoom

JADWAL / SCHEDULE

<p>Lokakarya Hati Nurani (baru & pemantapan)</p> <p>Jumat, 29 Mei 2020 pk 0800 s/d pk 1600 WIB</p> <p>Retret Pendalaman Spiritual Termasuk Persiapan MY1-1, MY1-1, MY1-3 dan doa attunement untuk MY1-4 (khusus pemantapan)</p> <p>Jumat, 29 Mei 2020 pk 1900 s/d 2100 WIB Sabtu, 30 Mei 2020 pk 0800 s/d 2100 WIB Minggu, 31 Mei 2020 pk 0800 s/d 1600 WIB</p> <p>MRT (baru & pemantapan)</p> <p>Minggu, 31 May 2020 pk 1900 s/d 2100 WIB Senin, 1 Juni 2020 pk 0800 s/d 1600 WIB</p> <p>Semua acara Online ini dalam bahasa Indonesia.</p>	<p>Inner Heart Workshop (baru & pemantapan)</p> <p>Friday, 29 May 2020 0800Hrs to 1600Hrs Jakarta time</p> <p>Spiritual Retreat Including Preparation to MY1-1, MY1-1, MY1-3 and attunement prayer for MY1-4 (only for repeaters)</p> <p>Friday, 29 May 2020 1900Hrs to 2100Hrs Jkt time Saturday, 30 May 2020 0800Hrs to 2100Hrs Jkt time Sunday, 31 May 2020 0800Hrs to 1600Hrs Jkt time</p> <p>MRT (baru & pemantapan)</p> <p>Sunday, 31 May 2020 1900Hrs to 2100Hrs Jakarta time Monday, 1 June 2020 0800Hrs – 1600Hrs Jakarta time</p> <p>The above retreats will be conducted in Bahasa Indonesia. English translation will be available depending on the availability of volunteers.</p>
--	---

JUMAT FRIDAY	SABTU SATURDAY	MINGGU SUNDAY	SENIN MONDAY
<p>29 May</p> <p>0800-1600 Jkt time Hati Nurani Inner Heart</p> <p>1900-2100 Jkt time Retret Pendalaman Spiritual (khusus untuk pemantapan) Spiritual Retreat (only for repeaters)</p>	<p>30 May</p> <p>0800-1600 Jkt time Retret Pendalaman Spiritual (khusus untuk pemantapan) Spiritual Retreat (only for repeaters)</p> <p>1900-2100 Jkt time Persiapan Masteryoga 1-1 Masteryoga 1- 1Preparation</p>	<p>31 May</p> <p>0800-1100 Jkt time Masteryoga 1-1 Masteryoga 1-1</p> <p>1100-1600 Jkt time Retret Pendalaman Spiritual (khusus untuk pemantapan) Spiritual Retreat (only for repeaters)</p> <p>1600-1645 Jkt time Masteryoga 1-3 Masteryoga 1-3</p> <p>1645-1700 Jkt time Masteryoga 1-4 Masteryoga 1-4</p> <p>1900-2100 Jkt time MRT MRT</p>	<p>1 June</p> <p>0800-1600 Jkt time MRT MRT</p>

Semua jadwal untuk MY1-1, MY1-3, dan attunement untuk MY1-3 adalah jadwal perkiraan

**All times stated above for MYI-1, MYI-3 and attunement for MYI-4 are estimates*

PERSYARATAN BAGI PESERTA BARU / PREREQUISITE FOR NEW PARTICIPANT

<p>Lokakarya Hati Nurani</p> <ul style="list-style-type: none">• Sudah mengikuti lokakarya Reiki Tummo Tingkat 1, 2, 3A, Meditasi, dan Kundalini ATAU sudah mengikuti lokakarya Membuka Hati Tingkat 1 s/d Tingkat 6• Sudah mengikuti Doa/Meditasi Buka Hati bersama Pengurus atau di internet (online di www.openyourheart.ws) minimal 5 kali• Melakukan latihan menguatkan hati minimal 15 kali dan latihan Quick Charge minimal 10 kali (dianjurkan sesering mungkin) <p>Masteryoga 1-3</p> <ul style="list-style-type: none">• Sudah latihan MY1.2 sebanyak 21 kali (maksimal 1 kali per hari)• Sudah DBH (Doa Buka Hati) bersama pengurus / internet setelah ikut MY 1.2 sebanyak 20 kali <p>Masteryoga 1-4</p> <ul style="list-style-type: none">• Sudah latihan MY1-3 sebanyak 21 kali (maksimal 1 kali per hari) <p>MRT</p> <ul style="list-style-type: none">• Sudah mengikuti Lokakarya Hati Nurani minimal 2 kali• Sudah mengikuti retreat / Pendalaman Spiritual minimal 2 kali• Sudah bisa merasakan dengan Hati Nurani• Sudah mengikuti Doa/Meditasi Buka Hati bersama Pengurus atau di internet (online di www.openyourheart.ws) minimal 15 kali	<p>Inner Heart Workshop</p> <ul style="list-style-type: none">• Have attended Reiki TUMMO Levels 1, 2, 3A, Meditation and Kundalini, OR have attended Open Heart Workshops Level 1-6• 5x Open Heart Prayer/Meditation with senior alumni or coordinators online or in person• Have practiced heart strengthening at least 15x and Quick Charge at least 10x (recommended to do as often as possible) <p>Masteryoga 1-3</p> <ul style="list-style-type: none">• Have practiced MY1-2 21x (max once/day)• 20x Open Heart Prayer/Meditation with senior alumni or coordinators online or in person after starting MY1-2 practice <p>Masteryoga 1-4</p> <ul style="list-style-type: none">• Have practiced MY1-3 21x (max once/day) <p>MRT</p> <ul style="list-style-type: none">• Have attended Inner Heart twice• Have attended Spiritual Retreat twice• Able to feel with the inner heart• Have prayed Open Heart Prayer a minimum of 15 times through online prayer sessions or in a group with senior alumni
--	---

BIAYA LOKAKARYA / WORKSHOP FEES

	Hati Nurani Inner Heart		Retret Pendalaman Spiritual Spiritual Retreat	MY1-3 & MY1-4		MRT	
	Baru / New	Pmtpn / Repeat	Pmtpn / Repeat	Baru / New	Pmtpn / Repeat	Baru / New	Pmtpn / Repeat
IDR	1.200.000	500.000	900.000	1.250.000	0	1.350.000	750.000
MYR	600	180	450	525	0	750	300
AUD	200	60	150	175	0	250	100
SGD	200	60	150	175	0	250	100
NZD	220	65	165	190	0	275	120
USD	160	60	120	150	0	200	80
EUR	160	60	120	150	0	200	80
GBP	130	50	100	125	0	170	70

Pembayaran: setelah terima email konfirmasi dari Panitia

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

DISKON LOKAKARYA / WORKSHOP DISCOUNT

Kategori Diskon Peserta Baru Berlaku untuk Online HN, MY1-3, dan MRT Mei- Juni 2020			Discount Category for New Participant Valid for Online IH, MY1-3, and MRT May-June 2020		
1	Lansia > 60 tahun	25%	1	Seniors > 60 years old	25%
2	Pelajar 12 - 23 tahun	25%	2	Student 12 – 23 years old	25%
3	Tdk mampu / diberhentikan bekerja / usaha bermasalah / karena sakit berat *)	40%	3	Financial difficulties / unemployed /recently made redundant / because of serious illness *)	40%
4	Pelajar 9 – 12 tahun	50%	4	Children 9 -12 years old	50%
5	Diskon khusus untuk para dokter dan perawat yang terlibat langsung dalam menangani pasien Covid-19	50%	5	Special discount for doctors & nurses who are in the frontline combatting Covid-19	50%

*) catatan:

3 - harus mengisi dan menandatangani formulir pernyataan tidak mampu

5 – tidak termasuk dokter gigi, dokter/perawat yang sudah pensiun, maupun dokter / perawat yang tidak berhadapan langsung dengan pasien Covid-19

*) notes:

3 - you have to sign financial difficulty declaration form

5 – not including dentist, retired doctors/nurses, or other doctors and nurses that are not working with Covid-19 patients

Kategori Diskon Peserta Pematapan Berlaku untuk Online HN, MY1-3, dan MRT Mei-Juni 2020			Discount Category for Repeaters Valid for Online IH, MY1-3, and MRT May-June 2020		
1	<ul style="list-style-type: none"> 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 	25%	1	<ul style="list-style-type: none"> 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 	25%
2	Keluarga langsung dari Pengurus / Pengajar / Master MPK yang menerima diskon khusus > 50% *)	25%	2	Direct family members of coordinator / instructor / regression guide who are getting at least 50% discount and above *)	25%
3	Tdk mampu / diberhentikan bekerja / usaha bermasalah / karena sakit berat *)	40%	3	Financial difficulties / unemployed /recently made redundant / because of serious illness *)	40%
4	<ul style="list-style-type: none"> Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 4 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 4 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 	50%	4	<ul style="list-style-type: none"> Padma instructor teaching at least 4 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 4 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set) Regression Guide with min. 60 sessions in the past 12 months 	50%
5	Diskon khusus untuk para dokter dan perawat yang terlibat langsung dalam menangani Covid-19 *)	50%	5	Special discount for doctors & nurses who are in the frontline combatting Covid-19 *)	50%
6	<ul style="list-style-type: none"> Pengajar Padma yang telah mengajar minimal 6 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 6 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 	75%	6	<ul style="list-style-type: none"> Padma instructor teaching at least 6 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 6 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the set) Regression Guide with min. 100 sessions in the past 12 months 	75%
7	<ul style="list-style-type: none"> 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 	100%	7	<ul style="list-style-type: none"> Padma instructor teaching more than 8 sets of workshop in the past 12 months (with min. 8 new participants in the second workshop of the 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 the set) Regression Guide with min. 150 sessions in the past 12 months 	100%
8	Pengajar / Pengurus Senior yang mendapatkan Diskon Khusus telah dikirimkan surat dari Pusat dan akan disampaikan saat pendaftaran		8	Senior Instructors/Coordinators who qualify for a special discount have been issued a letter from HO and will present upon registration	

*) catatan:

3 - harus mengisi dan menandatangani formulir pernyataan tidak mampu
5 – tidak termasuk dokter gigi, dokter/perawat yang sudah pension, maupun dokter / perawat yang tidak berhadapan langsung dengan pasien Covid-19

Set Lokakarya = 1 set rangkaian Lokakarya artinya salah satu dari [RT1 & RT2], [RT3A & Meditasi + Kundalini], [MH1 & MH2], [MH3 & MH4], atau [MH5 & MH6]

Definisi keluarga langsung :

- Belum menikah: Orang tua, kakak/adik yg belum menikah
- Sudah menikah : Orang tua, istri/suami, anak yang belum menikah

*) notes:

3 - you have to sign financial difficulty declaration form
5 – not including dentist, retired doctors/nurses, or other doctors and nurses that are not working with Covid-19 patients

A set of workshop meaning either [RT1&2], [RT3A & Meditation + Kundalini], [OH1&2], [OH 3&4], or [OH 5&6]

Immediate Family Terminology:

- o Single: Parents, unmarried siblings
- o Married/in a permanent relationship : Parents, spouse, unmarried children

SYARAT TEKNIS / LAINNYA

OTHER TECHNICAL NECESSITIES / REQUIREMENTS

- Mempunyai hubungan peralatan komputer dan hubungan internet yang cukup memadai untuk mempergunakan Zoom. 1 komputer boleh dipergunakan oleh lebih dari 1 peserta
 - Mic harus berfungsi baik
 - Speaker harus berfungsi dengan baik
 - Camera harus berfungsi baik
- Mempunyai ruang yang cukup tenang karena akan ada latihan berpasangan dsb...sehingga suara dari tempat peserta tidak mengganggu yang lainnya
- Mempunyai ruang yang khusus, di mana tidak ada orang lain keluar/masuk ruangan tersebut selama acara
- Meluangkan waktu khusus sama seperti menghadiri retreat biasa, dan tidak mengerjakan hal-hal lain
- Persiapkan makanan / snacks / minuman sebelumnya supaya tidak sibuk untuk menyediakan makan dsb selama retreat online
- Sebelum dan setelah retreat, boleh melakukan pekerjaan2 rumah tangga dan berinteraksi dengan keluarga, sepanjang tidak membuat terlalu sibuk/stress.

CATATAN:

- Koneksi internet yang putus/ mati lampu, dsb... tidak ada pengembalian biaya apapun

- You have access to computer and adequate internet connection to use Zoom. More than 1 participant can share 1 computer.
 - Mic must be functioning adequately
 - Speaker must be functioning adequately
 - Camera must be functioning adequately
- Room must be adequately quiet because there will be partner/group practices, so no noise shall be present that may disturb others
- You have a private room, where nobody could enter in / out of your room during the duration of the online retreat
- Make time away from daily busy-ness, ensure to assign your duties/responsibilities to another person so you are free during the retreat
- Please prepare snacks, meals beforehand so you are not busy with meal preparation etc during the retreat
- Before and after the retreat, you may continue to do housework and interact with your family etc. as long as it does not make you busy/stressed out

NOTES:

- In the case that there is power failure/internet problems, this is the participant's responsibility and no refunds will be made.

PENDAFTARAN / REGISTRATION

Isi formulir pendaftaran dengan lengkap dan benar. Link pendaftaran:

<http://bit.ly/May2OSR>

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.

Maksimum peserta adalah 1000 orang.

Untuk mengikuti retreat online ini seluruh peserta disarankan memenuhi semua persyaratannya dan bisa sepenuh hati mengikuti seluruh acara retreat online. Apabila anda tidak bisa memenuhi syarat karena ada tanggung jawab...misalnya harus bekerja, mengurus anak, atau time zone yg terbalik (kurang sehat/sudah berumur), sebaiknya tahu diri dan tidak memaksakan diri.

Peserta yang berasal dari time zone berbeda, 1 hari sebelumnya sudah dianjurkan untuk menyesuaikan waktu dengan time zone Jakarta

Karena saat ini kita semua perlu menjaga jarak (social distancing) seperti yang diwajibkan oleh Pemerintah, mohon share komputer hanya dengan sesama anggota keluarga yang serumah yang sehat. Jika anda kurang sehat atau mengalami gejala flu/covid/virus lainnya, mohon pastikan untuk isolasi diri supaya semua orang aman.

Pendaftaran terakhir: tgl 24 May 2020 pk 2400 WIB atau apabila tempat sudah penuh sebelum tanggal 24 Mei 2020.

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

<http://bit.ly/May2OSR>

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.

Maximum number of participant is 1000 persons.

We recommend that you only join this retreat if you can fulfill all the prerequisites and be wholehearted in joining the retreat. If you have other responsibilities/obligation such as work, children, elderly parents or an unsuitable time zone (if you are not well/elderly) it is better not to force yourself to join.

If you come from different time zone, it is advisable that 1 day before you already adjusted to Jakarta time zone

As it is best to observe the social distancing advice by the government, please only share computers with other healthy members of your family/those who are living with you in the same house. If you are feeling

unwell or exhibiting symptoms of flu/covid/other virus, please ensure to self isolate to keep everyone safe.

Latest date for registration: 24 May 2020 2400Hrs Jakarta time or if there is no more vacancy before 24 May 2020.

TAMBAHAN BIAYA ADMINISTRASI UNTUK PENDAFTARAN TERLAMBAT **ADDITIONAL ADMINISTRATION FEE FOR LATE REGISTRATION**

Peserta yang melakukan pendaftaran **setelah tanggal 24 Mei 2020** pk 2400 WIB (apabila tempat masih tersedia), akan dikenakan biaya sebesar Rp. 250,000.- per orang

Participants who register **after 24 May 2020** 2400Hrs Jakarta time (if there is still available space), will be penalized \$ 25 equivalent /person for late registration fees.

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.

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.

PEMBATALAN / CANCELLATION

Karena acara ini dibuka dalam waktu yang singkat, semua peserta yang mendaftar dan telah menerima email konfirmasi dari panitia, tidak bisa melakukan pembatalan dan tetap harus melakukan pembayaran. Pembatalan karena sesuatu yang mendadak dan tidak terduga, harap kirim email ke: masteryoga.indo2@gmail.com dengan menggunakan judul PEMBATALAN dan harus kirim pesan melalui whatsapp ke +628129239345 paling lambat 1 hari sebelum acara dimulai. Pengembalian biaya hanya bisa dilakukan untuk kasus tertentu dan akan ditinjau kasus per kasus.

Because of the retreat will be conducted very shortly from the registration date, for those who already submitted the form and has received confirmation email from the committee, could not cancel the participation and must pay the fees. Cancellation because of sudden & unexpected matters, please email to: masteryoga.indo2@gmail.com plus send your notice of cancellation via whatsapp to +628129239345 at least 1 day before the retreat start. There will be no refund for cancellation unless for specific case which will be considered on case by case basis.