

# Centro di Meditazione Buddista Kushi Ling

Il Centro Kushi Ling che ci ospita è un centro di meditazione buddista, non un albergo, e confida nella buona volontà e nella collaborazione di tutti.

E' un posto speciale, vedrai, grazie anche all'energia di tutti i suoi ospiti.

Ci sono alcune regole che aiutano la buona riuscita dei seminari:

1. la dieta e' vegetariana, se hai problemi di salute/allergie, fammelo sapere per tempo
2. ad ogni pasto due di noi, a turno, apparecchiano e sparecchiano i tavoli ed aiutano la cuoca, in cucina in alcune faccende
3. ad ogni ospite si chiede di portare da casa i propri asciugamani/accappatoio
4. al Centro, e nelle sue immediate vicinanze, è vietato fumare e consumare alcolici, per questo puoi andare al parcheggio
5. infine valgono i cinque precetti buddisti: astenersi dall'uccidere qualunque creatura vivente, non prendere ciò che non ti è stato dato, non mentire, astenersi da una condotta sessuale scorretta, astenersi dal consumo di droghe.

Se puoi, compatibilmente con il tuo mezzo di trasporto, porta con te una coperta, o eventualmente uno scialle caldo, per le meditazioni.

Per arrivare al Centro, consulta il sito [www.kushi-ling.com](http://www.kushi-ling.com), troverai utili informazioni pratiche.

## Costi per la pensione completa e i pasti singoli

### **Pensione completa:**

Dormitorio/tenda	€ 34
Camera con 3 o 4 letti con o senza bagno privato	€ 42
Camera con 2 letti	€ 45
Camera con 2 letti con bagno privato	€ 49
Camera singola	€ 60
Camera singola con bagno privato	€ 65

### **Singoli pasti** (per soci che non pernottano al centro)

Pranzo o cena	€ 12
Colazione	€ 5
Tessera associativa annuale	€ 15

## Come raggiungere Kushi Ling

### **Da sud**

Uscire dall'autostrada A 22 a Rovereto sud. Da lì prendere la strada verso Arco.

### **Da nord**

Uscire dall'autostrada A 22 a Trento centro. Da lì prendere la strada 45 bis verso Riva del Garda fino ad Arco.

### **Da Arco**

Dal centro città prendere la strada (a destra) verso Laghel. Arrivati alla chiesa Santa Maria di Laghel si prende la salita a sinistra e si segue tutta la strada (circa 3 km) fino alle Fontane: è l'ultima casa.

### **In treno**

Arrivare fino a Rovereto e prendere l'autobus fino ad Arco. Lì si prende un taxi fino al Centro Kushi Ling. (Tel taxi: 0464 – 514520).

## **Indirizzo**

Kushi Ling

Località Laghel n.19

38062 Arco (TN)

Lago di Garda – Italia