



(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగుమాస పత్రిక)

విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, ధమ్మఖేత్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 70

“ధర్మవాణి”

అవిరుద్ధం విరుద్ధేసు,
అత్తడణ్ణేసు నిబ్బుతం!
సాధనేసు అనాదానం,
తమహం బ్రూమి బ్రూహ్మణం॥

- ధమ్మపదం - 406

విరోధుల మధ్య స్నేహశీలుడై, హింసకుల మధ్య
శాంతమనస్సుడై, ఆసక్తుల మధ్య అనాసక్తుడై
ఉండేవాడినే నేను బ్రాహ్మణుడంటాను.

నాలుగు రకాల మేనుషులు

బుద్ధుని మాటల్లో...

“ఈ ప్రపంచములో నాలుగు రకాల మనుషులను చూస్తున్నాను. మొదటి రకం వారు చీకటినుండి చీకటివైపుకు పరుగెడుతున్నారు. రెండవ రకం వారు వెలుతురునుండి చీకటివైపుకు, మూడవరకం వారు చీకటి నుండి వెలుతురు వైపుకు, నాల్గవరకం వారు వెలుతురు నుండి వెలుతురు వైపుకు పరుగెడుతున్నారు.”

బుద్ధుడెప్పుడూ గూఢార్థంగా మాట్లాడలేదు. ఆయన బోధనలు స్పష్టంగా, సవివరంగా ఉండేవి. ‘స్వక్లాతో భగవతో ధమ్మో’ ఎప్పుడైనా శ్రోతలకు సరిగా అర్థం కాలేదేమో అనిపిస్తే, వెంటనే వివరించేవాడు. చీకటి అంటే ఏమిటి? వెలుతురు అంటే ఏమిటి? ఎవరైనా ఒకదాని నుండి మరో దాని వైపు పరుగెడుతూ ఉండటమేమిటి?

చీకటి నుండి చీకటికి :

చూట్టూ చీకట్లు కమ్ముకొని ఉన్నాయి. జీవితం చీకటిమయం, అన్నీ కష్టాలే; అన్నీబాధలే. శారీరకంగా, మానసికంగా, ప్రాపంచికముగా, కుటుంబ లేక సమాజపరమైన సమస్యల కారణంగా అన్నీ బాధలే. సుఖసంతోషాలు నామమాత్రంగానైనా లేవు. అయినప్పటికీ, లేశమంతైనా వివేకం లేదు. కావున ఇలాంటి వ్యక్తి, ప్రతిక్షణం కేవలం కోపం, ద్వేషం, దుర్భావన లాంటి వికారాలను ఉత్పన్నం చేసుకొంటున్నాడు.

“ఫలానా వ్యక్తి వలన, ఫలానా కారణం చేత, ఫలానా సంఘటన వలన నేను బాధ పడుతున్నాను” అని అనుకుంటూ ఆ వ్యక్తిపట్ల లేదా ఆ కారణంపట్ల ద్వేషాన్ని పెంచుకుంటూ పోతున్నాడు. గతంలో చేసిన ద్వేషపూరిత కర్మల ఫలాలే ఇప్పుడనుభవిస్తున్న బాధలు. ఇప్పుడు మరిన్ని ద్వేషబీజాలను నాటుతున్నాడు. ఇప్పటికే జీవితమంతా చీకటి. ఇంకా చీకటి బీజాలు నాటుకొంటూ పోతున్నాడు. ఈ కోపం, ద్వేషం, దుర్భావనల బీజాలు భవిష్యత్తులో కూడా బాధలనే కలుగజేస్తాయి. కనుక భవిష్యత్తంతా కూడా దుఃఖమయమే. వర్తమానం బాధాకరంగా ఉంది. భవిష్యత్తు కూడా

బాధాకరమైనదే. ఇప్పుడున్నది చీకటి, రాబోయేది కూడా చీకటి. ఇలాంటివ్యక్తి చీకటినుండి చీకటివైపుకు పరుగెడుతున్నాడు.

వెలుతురు నుండి చీకటికి:

జీవితం వెలిగిపోతోంది. ధనకనక వస్తువాహనాది సౌఖ్యాలున్నాయి. చక్కని ఆరోగ్యం ఉంది. సమాజంలో మంచి గౌరవం లభిస్తోంది, జీవితం సుఖసంతోషాలతో వెలిగిపోతోంది, కానీ వివేకం లేదు. ఈ సిరిసంపదల వలన మదమాత్మర్యాలు పెరిగిపోయాయి. దురహంకారుడై ఇతరులను లెక్కచేయటం లేదు.

“ఈ బీదవారందరూ పనికిమాలినవారు, నేనే చాలా తెలివితేలిగినవాడిని. అధికారం, సంపద, గౌరవం, సమాజంలో హోదా కలిగినవాడిని” అనే అపోహలో ఉండిపోతాడు.

నిజానికి, గతంలో చేసిన పుణ్యకర్మల వలన ఈ జీవితం వెలిగిపోతున్నది. ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఇది అంతమవుతుంది. కానీ ఇప్పుడు ప్రతిక్షణం అహంకారం, ద్వేషం, దుఃఖం, చీకటి బీజాలను నాటుతున్నాడు. ఈ అవివేకంతో నాటిన బీజాలు భవిష్యత్తులో దుఃఖాలనే తీసుకొస్తాయి. భవిష్యత్తు చీకటిమయం అవుతుంది. అందువలన ఇలాంటివ్యక్తి వెలుగునుండి చీకటివైపుకు పరుగెడుతున్నాడు.

చీకటి నుండి వెలుతురు వైపుకు :

వీరుకూడా మొదటిరకం వ్యక్తులవలెనే బాధలననుభవిస్తుంటారు. ఎటుచూసినా చీకటి, అన్నీ సమస్యలే, వర్తమానం అంతా అంధకారమే. కానీ వీరు ప్రజ్ఞావంతులు, వివేకులు. చిరునవ్వుతో అన్నీ అనుభవిస్తుంటారు.

“గతంలో నేను చేసిన పాపకర్మల ఫలితాన్ని ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్నాను. చూడటానికి ఈ వ్యక్తులు నా బాధలకు కారణంగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ, నిజానికి వీరంతా నిమిత్త మాత్రులు, నా దుఃఖానికి అసలు కారణం వీరుకాదు. ఈ పాపకర్మల కారణంగా వీరు దుఃఖము పొందకుండా



ఉందురుగాక. గతంలో నేను చేసిన పాపకర్మల వలన ఈ దుఃఖం నాకు అనివార్యం. వీరు కాక పోయినప్పటికీ, వేరొకరి ద్వారా అది కలిగే తీరుతుంది. దుఃఖానికి కారణమయ్యే క్రొత్త బీజాలను ఇక నాటను.”

ఇటువంటి ప్రజ్ఞతో, వివేకంతో ఆ వ్యక్తులపట్ల కరుణ, జాలిని పెంచుకొంటాడు. మనస్సులో కరుణ, జాలిని పెంపొందించుకొంటాడు. వర్తమానం చీకటిమయమయినా భవిష్యత్తును ప్రకాశవంతం చేసుకొంటాడు. ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఈ చీకట్లు తొలిగి పోతాయి. అప్పుడు అంతా వెలుతురే. ఇలా వెలుతురు వైపు పయనిస్తూ భవిష్యత్తును ప్రకాశవంతం చేసుకొంటాడు.

వెలుతురు నుండి వెలుతురు వైపు :

జీవితం ప్రకాశవంతంగా ఉంది, భోగభాగ్యాలతో, సుఖ-సంతోషాలతో, గౌరవమర్యాదలతో విరాజిల్లుతోంది. వీటితోబాటు వీరిలో ప్రజ్ఞ, వివేకం కూడా ఉంది.

“ఈ విజయాలు, సౌఖ్యాలు అన్నీ గతంలో చేసిన పుణ్యకర్మల ఫలితాలే. ఇవి శాశ్వతం కావు, ఏనాటికైనా నశించిపోయేవే, నాకున్న ఈ సంపద, అధికారం, హోదా ఇవన్నీ ఇతరుల మంచి కోసం ఉపయోగించాలి. ఒక గృహస్థుగా నా కుటుంబాన్ని, నా మీద ఆధారపడినవారి శ్రేయస్సు చూడటం నా బాధ్యత. నా సంపదలో మిగిలిన భాగాన్ని ఇతరుల మంచికొరకు, వారి శ్రేయస్సు కొరకు వినియోగించాలి. అనేకమందికి ఈ శుద్ధధర్మము లభించాలి. ఎంతో మంది ప్రజ్ఞావంతులు కావాలి. వారి బాధల నుండి ముక్తి పొందాలి”. ఈ విధంగా అర్థం చేసుకొంటూ అమలు పరుస్తూ జీవితాన్ని గడుపుతారు.

ప్రేమ, కరుణ, సద్భావనలను పెంపొందించుకొంటుంటారు. మనసా వాచా కర్మణా వారు చేసే ప్రతిపని ఇతరుల మేలుకోరేదై ఉంటుంది. ఇలా సత్కర్మలు చేస్తూ భవిష్యత్తును కూడా ప్రకాశవంతం చేసుకొంటారు. ఇలాంటి వారు వెలుతురు నుండి వెలుతురు వైపు పయనిస్తున్నారు.

మనం మొదటి రెండు కోవలలో ఉండకూడదు. మూడు లేక నాలుగవ రకంలో ఉండాలి. మూడో రకమా లేక నాలుగవ రకమా అనేది మన చేతుల్లో లేదు. గతకర్మల వలన అప్పుడప్పుడు జీవితం చాలా చీకటిమయమై, అగమ్యగోచరంగా బాధాకరంగా ఉండవచ్చు. మరికొన్ని సందర్భాలలో సంతోషంగా, ప్రకాశవంతంగా ఉండవచ్చు. ఇవన్నీ మనం గతంలో చేసిన మంచి, చెడు కర్మల ఫలితాలు. ఈ సుఖదుఃఖాలు గత కర్మల ఫలితాల వలన కలుగుతాయి. జీవితంలో సుఖదుఃఖాలు గానీ, చీకటివెలుగులు కాని ఏమి ఉన్నప్పటికీ, మనం మాత్రం మనలో వెలుగునే వృద్ధి చేసుకుందాం. భవిష్యత్తులో బాధను తెచ్చి, జీవితాన్ని చీకటిమయం చేసే సంస్కారాలు ఏర్పరుచుకోము. విపశ్యన ద్వారా మనం ఇదే నేర్చుకొంటాము.

“అత్తాహి అత్తనో నాథో అత్తాహి అత్తనోగతి” అని బుద్ధుడు అన్నాడు. అనగా “ఎవరికి వారే యజమానులు. ఎవరి భవిష్యత్తు వారే నిర్మించుకుంటారు”.

వర్తమానం గతంలోనించి పుట్టినదే. గతంలో జరిగిందేదో జరిగిపోయింది. ఈ క్షణంలో ఏం చేస్తున్నామనేది మన చేతుల్లో ఉంది.

భవిష్యత్తులో దుఃఖాన్ని మోసుకోచ్చే ఏ సంస్కారాన్ని కలిగించుకోవద్దు. భవిష్యత్తు వర్తమానంలో నుంచే పుడుతుంది. వర్తమానానికి నీవు యజమానివి కావాలి. వర్తమానంలో ధర్మజీవనం సాగించు. భవిష్యత్తంతా సుఖంగానే ఉంటుంది. చీకటిమయం కాదు.

వర్తమాన క్షణాలమీద పట్టుసాధించు. ఇదే విపశ్యన. సాధనాపద్ధతిని సరిగా అర్థంచేసుకో, సాధనలో స్థిరపడిపో. సంవేదనలను తెలుసుకొంటుండాలి. మారుతూ ఉండే వాటి స్వభావాన్ని తటస్థంగా గమనిస్తూ సమతను పెంపొందించుకోవాలి. మిగిలినదంతా ధర్మానికి వదిలిపెట్టు. ఫలితాలన్నీ తప్పకుండా చక్కగానే ఉంటాయి. ధర్మము చాలా గొప్పది; అద్భుతమైనది. ధర్మములో వృద్ధిచెందుతూ ఉండు.

మిరందరూ ధర్మఫలాలు పొందుదురుగాక. అందరికి శుభమగుగాక.

భవతు సజ్ఞ మజ్జలం.

(విపస్నన న్యూస్ లెటర్ అంగ్లమాసపత్రిక జనవరి 13 2006 సంచికకు తెలుగు అనువాదము).

★ ★ ★

పుశ్చలకు పూజ్యగురూజ్ జవాబులు

(మార్చి 22, 1998, ధమ్మశిఖర, డెట్రోయిట్ కేంద్రం- భారతదేశం)

పుశ్చ: తోటి ధర్మసేవకులతో విభేదాలు తలెత్తినప్పుడు ధర్మసేవకుడు ఎలా వ్యవహరించాలి?

గోయంకాగారి జవాబు : ధర్మమార్గంగానే; విభేదాలు తలెత్తినప్పుడు పోట్లాడి, ధర్మకేంద్రంలో దూషిత వాతావరణమును ఉత్పన్నం చేయడము హానికరమైనది. ధర్మసేవకుల మధ్య అభిప్రాయభేదం ఉన్నప్పుడు, పరస్పరం మైత్రి ద్వారా సమస్యను పరిష్కరించుకోవాలి. గొడవపడరాదు. మీలో మీరు పరిష్కరించుకోలేనప్పుడు, అందుబాటులో ఉన్న పెద్దలతో చర్చించాలి. వారు కొంత మార్గనిర్దేశనం చేస్తారు.

ధర్మకేంద్రములో ఉంటూ, దుర్భావనలను ఉత్పన్నం చేయడం హానికరము. దుర్భావనలను మీరు మీ ఇంట్లో ఉత్పన్నం చేసినా అవి ఎంతో హాని చేస్తాయి. అయితే ఆ హాని మీ కుటుంబసభ్యులకే పరిమితమవుతుంది. ధర్మకేంద్రములో మైత్రీతరంగాలు క్రియాత్మక వాతావరణాన్ని తయారుచేస్తాయి. దానిని దుర్భావనా తరంగాలతో కలుషితం చేస్తే, ధర్మం యొక్క లాభమును పొందుటకు వచ్చే అనేకమంది ప్రజలకు హాని చేసినవారవుతారు.

నీలో దుర్భావనలు ఉత్పన్నమవుతున్నాయని తెలిసినప్పుడు, వెంటనే కొంతసమయం సేవనుండి తప్పుకో. ధ్యానం చేయి. దుర్భావనల నుండి బయటపడు. తిరిగి సేవను కొనసాగించు.



ప్రశ్న: ధ్యానం చేసిన తరువాత, కొద్దిసేపు సేదతీర్చుకున్నప్పటికీ నామనసు మరియు శరీరము మైత్రీ అభ్యాసమునకు అనుకూలంగా లేనప్పుడు నేనేం చేయాలి?

జవాబు: చేయగల స్థితిలో లేనప్పుడు నీవు మైత్రీఅభ్యాసము చేయకపోవడమే మంచిది. కానయితే ఇలాంటప్పుడు కనీసం మనసు పైపై స్థాయిలోనయినా సరే, “ప్రాణులన్నీ సుఖంగా, సంతోషంగా ఉండాలి” అని అనుకోవచ్చు. ఇదేమంత శక్తవంతంగా ఉండదు, అయినా నీవిలా చేయవచ్చు. ఏదేమయినా నీ మనసు బాగా వ్యాకులంగా ఉన్నప్పుడు మైత్రీ అభ్యాసం చేయకపోవడమే మంచిది. శరీరంలో సూక్ష్మ తరంగాల అనుభూతి ఉన్నప్పుడు స్వయంగా నీవు శాంతిసామరస్యతలను కలిగివుంటావు కాబట్టి, ఆ సమయంలో నీవు ఉత్పన్నం చేసే మైత్రీ చాలా శక్తివంతమైనదై, చుట్టూ వాతావరణాన్ని ఎంతో క్రియాత్మకంగా తయారు చేయుటలో సహాయపడుతుంది.

ప్రశ్న: కేంద్రానికి వచ్చే కొత్త సాధకులను మరియు సందర్శకులను ధర్మసేవకులు మైత్రీభావంతో ఆదరించాలి. అయితే ఇది ఎలా చేయాలో తెలుపండి?

జవాబు:- ధర్మమును ఎక్కువలో ఎక్కువగా అభ్యసించడం ద్వారానే. నీ మనసు నిర్మలమవుతున్న కొద్దీ, నీలో మైత్రీ అధికమవుతుంది. దీనికొరకు నీవు క్రమంతప్పకుండా రోజూ సాధనచేయడం అవసరం. రోజూ సాధన చేయకపోతే నీలో మైత్రీ ఏమాత్రం ఉండదు. నీలో మైత్రీ ఉండనప్పుడు నీవు సేవ చేయలేవు. ఈ విషయం బాగా అర్థం చేసుకో. క్రమంతప్పక రోజూ సాధన చేయి. ధర్మంలో నిన్ను నీవు పుష్టిచేసుకో. దాంతో సహజంగానే నీ మైత్రీ బలపడి, కేంద్రానికి వచ్చేవారిపై గొప్ప ప్రభావం చూపుతుంది.

నేను ముందే చెప్పినట్టుగా, కొత్తగా శిబిరానికి వచ్చినవారు ధర్మసేవకులను, ఆచార్యులను మరియు కేంద్రనిర్వాహకులను ప్రతిక్షణం గమనిస్తూనే ఉంటారు. వీరు గనుక ఇక్కడ బోధించే విషయాలను ఆచరించనట్లయితే, అది చూసి వారికి ఇదంతా ఒక బూటకమనిపిస్తుంది. “చూడు, ఇక్కడ అభ్యాసం చేస్తున్నవాళ్ళకే విపశ్యన సహాయపడనప్పుడు, నేనెందుకు నా సమయం వృధాచేసుకోవాలి?” అని వాళ్ళనుకుంటారు.

చాలా జాగ్రత్తగా ఉండండి, మిమ్మల్ని మీరు ధర్మంలో పుష్టి చేసుకోండి అప్పుడే మీరు ఎక్కువ మైత్రీనివ్వగలుగుతారు. కేంద్రవాతావరణాన్ని మైత్రీ తరంగాలతో సమ్మర్ది పరచండి, వాతావరణమునంతా మైత్రీ తరంగాలతో నింపండి. అది

చేయగలిగినప్పుడు నీవు సఫలమవుతావు, ధ్యానకేంద్రమూ సఫలమవుతుంది. అత్యధిక సంఖ్యలో ప్రజలు లాభం పొందుతారు.

ప్రశ్న: ఎవరైనా వరిష్ట (Senior) ధర్మసాధకుడు/ ధర్మసాధిని మీరు రూపొందించిన మార్గదర్శక సూచనలకు విరుద్ధంగా స్వంత నిర్ణయం తీసుకుంటే, తోటి ధర్మసేవకులుగా మేమేం చేయాలి?

జవాబు: ఎంతో వినమ్రంగా మీ అభిప్రాయమును వారి ముందు ఉంచండి. “అయ్యా! నాకు తెలిసినంతవరకు ఈ నిర్ణయం సరైనది కాదు. మార్గదర్శక సూచనల ప్రకారం ఈ పని మరోలా జరగాలని నేను నమ్ముతున్నాను.” అని సవినయంగా తెలియచేయండి. తామెందుకు అలా నిర్ణయం తీసుకున్నారో వారు మీకు వివరించగలుగుతారు. అప్పటికీ ఇంకా అభిప్రాయభేదముంటే “చూడండి, మనిద్దరికి ఈ విషయంలో అంగీకారం కుదరడం లేదు గనుక, దీనిగురించి నేను పై ఆచార్యుడికి లేదా పూజ్యగురూజీకి వ్రాస్తాను. పరిస్థితిని మనం వారికి వివరిద్దాం. నిర్ణయం వారికే వదిలేద్దాం”. అని వారితో చెప్పి ఆ తరువాత పై వాళ్ళకు వ్రాయండి. అంతేగాని సంబంధిత వ్యక్తితో ముందు చర్చించకుండా పై వాళ్ళకు ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ వ్రాయకండి. అలా చేస్తే చాడీలు చెప్పడమవుతుంది. మీరు మీ వాక్ శీలమును భంగపరుచుకున్న వారవుతారు. మీ “సమ్మావాచ” దూషితమవకుండా జాగ్రత్తపడండి.

తరుచూ నాకు ఉత్తరాలు వస్తుంటాయి. “ఫలానా వారు ఇలా ప్రవర్తిస్తున్నారు; ఫలానావారు ఇలా చేస్తున్నారు” అంటూ ఫిర్యాదు చేస్తుంటారు. “మీరేమైనా ఈ విషయాన్ని సంబంధిత వ్యక్తితో చర్చించారా?” అని నేను అడగితే “లేదు” అని చెబుతారు. అటువంటప్పుడు నాకు ఉత్తరం వ్రాయడమెందుకు చెప్పండి?”

ఎవరిమీదనయితే ఫిర్యాదు చేస్తున్నారో, ముందు వారితో మీరు సమస్యను చర్చించడం ఎంతో ముఖ్యం. అవతలి వ్యక్తితో నేరుగా చర్చిస్తే, సమస్యలు చాలామటుకు పరిష్కారమవుతాయి. అయితే ఇది ప్రతికూలభావంతో గాక, అవతలి వారి అభిప్రాయమును అర్థం చేసుకునే దృక్పథంతో చేయాలి. నీవనుకున్నది సరైనది కాకపోవచ్చు లేదా ఎదుటి వ్యక్తి అనుకున్నది సరైనది కాకపోవచ్చు. పరస్పరం చర్చించుకొనడంతో పరిస్థితి చక్కబడుతుంది. ఇంకనూ పరిస్థితి అలాగేవుంటే, అప్పుడిక నీవు పై వారికి తెలియజేయడంలో తప్పేమీ లేదు.



“ధమ్మపత్తన” - గ్లోబల్ పగోడలో నూతన విపశ్యన ధ్యాన కేంద్రము

గ్లోబల్ పగోడ వద్ద విపశ్యన ధ్యాన కేంద్రం “ధమ్మపత్తన” నెలకొల్పబడుతున్నదని గ్లోబల్ పగోడ ఫౌండేషన్ వారు సంతోషపూర్వకంగా తెలియజేయుచున్నారు. ఈ ధ్యాన కేంద్రంలో సాధకులకు సరియైన గృహవసతి మరియు ధ్యాన సాధన సౌకర్యాలు కల్పించబడ్డాయి. ఇక్కడ పాత సాధకులు తమ ధ్యానం లోతుగా చేసుకొనవచ్చును. ఎందుకంటే ఇక్కడ బుద్ధుని అవశేషాలు పొందుపరచబడి వున్నాయి. గంభీర ధ్యాన సాధకులు బుద్ధుని అవశేషాల తరంగాల వల్ల లాభం పొందుటకు వీలుంటుంది.

గ్లోబల్ పగోడా వద్ద వున్న రెండవ చిన్న పగోడా ధమ్మ పత్తనంలో ధ్యాన శిబిరంలో పాల్గొనే సాధకులకు మాత్రమే కేటాయించబడింది. దానిలో 100 శూన్యాగారములు వున్నాయి. సాధకులు వీటిలో ఒంటరిగా ధ్యానం చేసుకొనవచ్చును.

ధమ్మపత్తనకు మరొక అదనపు లక్ష్యము ఉంది. శ్రీ గోయెంకా గారు వయసు మీద పడటం వల్ల వృద్ధులగుచున్నారు. వారి ఆరోగ్య పరిస్థితి కూడా అంత సంతృప్తికరంగా ఉండుట లేదు. అందువల్ల శ్రీ గోయెంకా గారికి ప్రయాణం చేయుట చాలా కష్టమగుచున్నది. వారికి నిరంతర వైద్య సదుపాయములు అందుబాటులో ఉండవలసిన అవసరం వున్నది. అందువల్ల ఎక్కువ రోజులు ఇగత్పేరిలోని ధమ్మగిరిలో ఉండుట వీలుపడుటలేదు. ధర్మపత్తన బొంబాయిలోనే ఉండుట వలన వారు ఇచ్చట ఎక్కువ సమయం గడుపుటకు వీలున్నది. ధమ్మపత్తనలో తొంభైరోజుల దీర్ఘ శిబిరము నిర్వహించుటకు శ్రీ గోయెంకా గారు ప్రణాళిక సిద్ధం చేయుచున్నారు. మొదట్లో 10రోజుల ధ్యాన శిబిరములు, ఆ తదుపరి దీర్ఘకాలిక ధ్యాన శిబిరములు నిర్వహించబడతాయి. నిర్మాణపు పనులు చాలా వరకు పూర్తి అయినాయి. గ్లోబల్ పగోడ వద్ద ఇలా విపశ్యన ధ్యాన శిబిరములు జరుగుట వల్ల ప్రపంచ ప్రజలలో విపశ్యన వ్యాప్తి చెందుటకు ఉద్దేశించబడిన దాని లక్ష్యం మరింత ప్రకాశమవుతుంది.

ధమ్మపత్తన నిర్మాణంలో పాల్గొని ఈ లక్ష్యసాధనలో భాగస్వాములై తమ పుణ్యపారమితలను అభివృద్ధి పరుచుకోదలచిన సాధకులు క్రింది చిరునామాకు తమ విరాళములను పంపవచ్చును.

చెక్కులు/డ్రాఫ్టులు ముంబాయిలో డ్రా చేసుకొనే వీలు ఉండేలా పంపాలి.

The Treasurer, Global Vipassana Foundation,
C/o Khimji Kunverji & Co., 52 Bombay Mutual Building, Sir P.M. Road, Mumbai 400 001, India,
Tel: [91] (22) 2266-2550; Fax:2266-4045;
Email : kamlesh@ khimjikunverji.com
Website: www.globalpagoda.org

గ్లోబల్ పగోడాలో ఒకరోజు శిబిరము

ప్రతి ఆదివారం ఉదయం 11 గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు ఒక రోజు శిబిరము జరుగుతుంది. పగోడా చేరుకొనుటకు గేట్ పాస్ సౌకర్యము కొరకు సంప్రదించండి.

Mr. Derek Pegado,
Tel: (022) 2845 2261, 2845 2111;
Tel/Fax : 2845 2112.
Email: globalpagoda@hotmail.com
Website: www. globalpagoda.org

ధమ్మకౌండిన్య -కొండాపూర్

జూన్ మాసం నుండి 10రోజుల శిబిరాలు జరుగుతున్నాయి. ప్రతినెల 18 నుండి 29 వరకు (ప్రస్తుతం కేవలం పురుషులకు మాత్రమే).

తెలుగు పత్రిక సంవత్సరపుచందా పూర్తి అయిన సాధకులు రూ. 50 ఈ క్రింది చిరునామాకు పంపి పత్రికను పొందగలరు.

విపశ్యన తెలుగు మాసపత్రిక,
విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, నాగార్జున సాగర్ రోడ్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 500 070. ఫోన్ : 2420290 (ఆశ్రమం).
(ఆఫీసు పనిచేయు వేళలు : ఉదయం 9 గం||ల నుండి సాయంత్రం 5 గం||ల వరకు)

PRINTED MATTER

TO

If Underlivered please return to:
VIPASSANA INTERNATIONAL MEDITATION CENTRE,
12/3KM, Nagarjuna Sagar Road, Saheb Nagar, Vanasthalipuram,
HYDERABAD - 500 070.