

एक दिवसीय शिविर

महत्त्वपूर्ण सूचना: एक दिवसीय शिविरों की सामान्य समय-सारिणी निम्न प्रकार है किंतु स्थानीय परिस्थितियों के अनुसार इसमें परिवर्तन भी कर सकते हैं, जिसकी जानकारी स्थानीय व्यवस्थापक से मिल जायगी।

प्रातः ११ बजे आनापान, दोपहर १.०० बजे विपश्यना, अपराह्न २:०० बजे अल्पाहार-अवकाश, २:३० से ३:३० ध्यान, ३:३० से ४:३० अतिथान तथा ५:३० से ६:०० बजे मंगल मैत्री। तत्पश्चात् यदि साधक चाहें तो प्रवचन सुनाने की व्यवस्था की जा सकती है।

मुंबई: पहले रविवार: अणुशक्तिनगर: स्थान: परमाणु ऊर्जा केंद्रीय विद्यालय नं. १ अणुशक्तिनगर-९४. **संपर्क:** १) श्री. शिवाजी कांबळे, फोन: ६५७२६४६५. २) बी. बी. गजबोये, फोन: २५५२७६०५. **कफरपेड:** (सामू. साधना हर रविवार, प्रातः ८ से ९.) **स्थान:** 'सनफ्लावर', ८ वां माला, फ्लैट नं. ३, जी.डी. सोमानी स्कूल के सामने; **संपर्क:** श्रीमती पुष्पा माखरिया, फोन: (नि.) ०२२-२३६९१५६०, मोबा. ९८६९७७७२९१. **कुर्ला-अंधेरी (पूर्व):** **स्थान:** आत्मदर्शन, महाकाली केस रोड, **संपर्क:** श्री भंडारी, फोन: २८३२१८३८, २८२२०४७२ (दोपहर २ से ५ बजे तक).

कुर्ला: **स्थान:** शिवसृष्टी कामगार म्युनिसिपल स्कूल, नेहरू नगर, एस.टी. डेपो के सामने. फोन: (२२) २५२९२७६४, ९२२४७-४२२४४, ९२२१९६७४९२, ९९८७१५३८३६. **गोरावा:** तथा सामू. साधना हर शनिवार (O.P.D. छुट्टीयों के अलावा) दोपहर २ से ३:३० से १:३० तथा हर रविवार सुबह ८:३० से ९:३० (पहले रविवार नहीं) तथा प्रातः ९:३० से ११:३० स्वयं ध्यान करें (केवल वर्गीकृत डे). **स्थान:** विपश्यना समुपदेशन एवं विशेषण केंद्र, सिद्धार्थ म्युनिसिपल जनरल हास्पिटल, पहला माला, मोतीलाल नगर पोस्ट ऑफिस के सामने. **संपर्क:** फोन: २८७६६८८६, Extn. २३० (सुबह १० से अपराह्न १२ बजे तक). **घाटकोपर:** एवं दूसरे और तीसरे रविवार, (सामू. सा. सायं ७.१५ से ८.१५) **संपर्क:** फोन: २४५५२५६७, **थाने (प.):** **स्थान:** नानजी खेमजी टक्कर थानावाला कालेज सभागृह, जॉन्सली नाका, कलेक्टर कार्यालय के पास, **संपर्क:** १) फोन: २४२२६१३२, २) श्री. मकवाना, फोन: ९५२५२२/२७१५५९

दूसरे रविवार: **गालिया टैंक:** राजस्थानी महिला मंडल हाल, १२, फोरजेट स्ट्रीट, साईबाबा मंदिर के सामने. फोन: २३६९१५६०, २२००५९५१. **बडाला:** **स्थान:** एकवर्ष लेप्रोसी हास्पिटल, एस. आई. डब्ल्यू. एस. हाई स्कूल के पास, बडाला (कृपया भोजन साथ लाएं). **विले पारले (प.):** (सामू. सा.: हर रविवार, प्रातः ७ से ८ बजे.) **संपर्क:** फोन: २६१२२२२६, २६११८२५८ (**संपर्क** समय-प्रातः ११ से १, सायं ४ से ७) **वाशी (न्यू मुंबई):** तथा सामू. सा. हर रविवार प्रातः ८ से ९ (दूसरे रविवार नहीं) **संपर्क:** श्री. गाला, फोन: २७८९३८६८, २) श्री कोचे, फोन: २७६६७०८७.

तीसरे रविवार: **ब्रीच कैंडी:** **स्थान:** सोफिया पॉलिटेक्निक, ब्रीच कैंडी. **संपर्क:** १) श्रीमती शेट, फोन: २३०७६६५२, २) श्री देसाई, फोन: २२६११८९४. **माटुंगा:** **स्थान:** अमूलख अमीचंद स्कूल; **संपर्क:** श्री. महता, फोन: ९८२००८६६८८. **घाटकोपर:** तथा (सामू. सा. - प्रतिदिन सायं ६-७), **स्थान:** विपश्यना धम्म हॉल, भारतीय भिक्षु निवास के सामने रमाबाई आंबेडकर नगर, घाटकोपर (पूर्व) **संपर्क:** श्री. आनंद ९३२३१-४२३१०. **भिवंडी:** **स्थान:** श्री संत शांताराम माऊली जयवंत संस्थान, "श्री एकनाथ मंदीर", ४८, प्रभुआली, भिवंडी, जि. ठाणे. **संपर्क:** १) श्री टावरे, फोन: (२५२२) २३६४४९, ९४२२०९१२१३. २) श्री बुद्धदेव, २२७११७.

चौथे रविवार: **घाटकोपर:** विद्या भवन हाईस्कूल, बसेमेंट हाल, नाथ पे नगर. **संपर्क:** फोन: २५७९०२१८, ९८६९३७०६७०. **परई:** **स्थान:** आई. आई. टी. स्टाफ क्लब, तथा सामू. सा. हर शनिवार प्रातः ८ से ९, **संपर्क:** श्रीमती नीता पंत, फोन: २५७२०३३७. **उल्हासनगर:** (सामू. साधना: प्रतिदिन सायं ८ से ९.) **वाल-शिविर:** हर दूसरे रविवार. **स्थान:** धम्म शिविर, विपश्यना केंद्र, अबोली निवास, दस चाल नालंदा स्कूल के पास उल्हासनगर-४ **संपर्क:** १) श्री. वाकोडे मोबाईल: ९४२१६२७२७४२ श्री. बागुल फोन: (०२५१) २५८६९५५. **खारघर (नई मुंबई):** **स्थान:** विश्वजोत हाई स्कूल, प्लॉट नं. ७७, सेक्टर २०, जलवायु विहार के पास, खारघर, नवी मुंबई **संपर्क:** १) सुशमा धुमाला, मोबा. ९३२२८०२७५. फोन: ३०९८५४०७.

बुधवार: **पहले बुधवार:** **नेपोवन सी:** (केवल महिलाएं) सुबह ११:०० से अपराह्न ६:००. (तथा अन्य बुधवार सामू. साधना, ११ से १२:३०) **संपर्क:** विमला चोखानी, १६१, सील्वराज, पेटिट हाल के आगे. फोन: २३६४३५८६, २३६८५०७३ **अन्य:** **डोबीवली:** (इ) एक दिवसीय हर दो महीने का अंतिम रविवार को (कृपया शिविर के दो दिन पूर्व संपर्क करें) **स्थान:** के. बी. विरा हाई स्कूल, फतेहअली रोड, के. डी. एम. सी. के पीछे. रेंमंड शोरूम के सामने. **संपर्क:** १) हेमंत सावला मोबा. ९३२३०३६२७८, २) श्रीमती हेमलता मोबा. ९७०२०-०१५९४. **शेष महाराष्ट्र:** **पहले रविवार:** (सामू. साधना, प्रातः ८.३० से ११.३०) **संपर्क:** ९३२५३८४४३३ **अलिबाग:** (सामू. साधना, हर दिन शाम ६ से ७ और हर रविवार सुबह ८ से ९, सोमवार से शनिवार सुबह, ५.३० से ६.३०), **संपर्क:** श्री बनसोडे, फोन: (०२१४१) २२६१७६. **अकोला:** **स्थान:** सार्वजनिक बांधकाम भवन, गोरक्षण रोड, नेहरू पार्क के पास **संपर्क:**

श्री ज्ञानेश्वर खैरे, मोबा. ९४२२४-०९४३५. (कृपया भोजन साथ लाएं). **जलगांव:** (सामू. सा.: हर रविवार प्रातः ८ से ९), **वाल शिविर** हर तीसरे रविवार, प्रातः ८:३० से सायं ३:३०]. **स्थान:** विपश्यना समिति, एम-सेक्टर, बालोद्यान, एम.आई.डी.सी., भुसावल रोड. फोन: २२३२१२८, २२१०१६१, २२२५२०८. **प्रवरानगर:** **संपर्क:** फोन: (०४२४२) २५२२७९. **संधान:** फोन: २३८५५०१, २६६२१७९, २६६२१८३. **नांदुरा:** तथा सामू. साधना: १) हर रोज सायं ६.३० से ७.३०. **स्थान:** तांदळे निवास, मोतीपुरा, २) सायं ७ से ८, समता सदन, जनता हाउसिंग सो. **संधान:** श्री तांदळे फोन: (०७२७९) २२०७३४. **गडचिरोली-** तथा **वाल शिविर:** हर महीने दूसरे रविवार, **स्थान:** राणी दुर्गावती, प्रशिक्षण केंद्र, येरंडी, ता. कुरखेडा, जि. गडचिरोली. **संधान:** १) अम्मा फोन: (०७१३७) २७३७१३. २) दुधे सर, मोबा. ०९४२१७-३४४५९.

दूसरे रविवार: **नाशिक:** (सामू. साधना, प्रातः ८.३० से ११.३०) **संधान:** ९३७३९२५०५०. **पिंपरी-चिंचवड:** **संधान:** (०७२३२) २५५३१६. **नांदेड:** १) तथा सामू. सा. प्रातः ७ से ८. **स्थान:** गौतम भावे, धम्मपुष्प, रविनगर, जंजमवाडी. फोन: २६०४७७, ९४२३६-१४२६५. २) हर माह पहले एव तीसरे रविवार तथा सामू. सा. रोज शाम ५:३० से ६:३० (**वाल शिविर:** हर माह दूसरे तथा चौथे रविवार) **स्थान:** पुराने डंकीन, नांदेड. **संधान:** १) श्री एस. एम. जोंधले, मोबाइल: ९४२२१८९३१८. २) डॉ. कुलकर्णी, फोन: मोबाइल: ९४२२१७३२०२. **अमरावती:** **स्थान:** भ्रम टेकडी बुद्ध विहार. **संधान:** श्री सुग्रीव शेंडे, फोन: २६५१०३८. **चंद्रपुर:** (सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ८ से ९), (**वाल शिविर:** हर रविवार विभिन्न स्थानों पर). **संधान:** चंद्रपुर विपश्यना साधना प्रसार समिति, मिलिंद धरण, सुगत नगर, नगीनाबाग, वार्ड नं. २, चंद्रपुर. फोन: २६२४७७. **यवतमाळ:** (**वाल शिविर:** हर माह चौथे रविवार) **स्थान:** डॉ. सी. कांबळे, तथागत मेडिकल ध्यानयोग केंद्र, शिवाजी नगर, शिवाजी गार्डन के पास. फोन: २४३९०९. **शेगांव:** **स्थान:** शेगांव अर्बन क्रेडिट को ऑपरेटिव्ह सोसायटी, जुना मंदीर रोड **संधान:** महेंद्रसिंग आनंद मोबा. ९४२२१-८१९७०

तीसरे रविवार: **नाशिक:** (सामू. साधना, प्रातः ८.३० से ११.३०) **संधान:** ९४२०३६६२९८. **भुसावल:** (सामू. सा.: प्रतिदिन प्रातः ६ से ७, ७ से ८ तथा सायं ६ से ७ तथा **वाल शिविर:** हर चौथे रविवार); **स्थान:** विपश्यना साधना समिति, कोटेया हाईस्कूल के नजदिक, शांतीनगर. **संधान:** श्रीमती पदमा कोटेया, फोन: ९८२२९-१४०५६, ९४२०३-८९६८८. **चंद्रपुर:** १) **संधान:** श्री सोनटकरके, पंचशील नगर, भाद्रवती, जि. चंद्रपुर, फोन: (०७१७५) २६५२४३, २) (सामू. सा.: हर रविवार सुबह ८ से ९), **संधान:** श्री वानखेडे, फोन: (०७१७९) २४०५३८, २४०१५५. **संगमनेर:** (सामू. सा.: सायं ५ से ६); **संधान:** श्री मोदी, सरोज बुक एजेंसी, फोन: २२३१५५. **अहमदनगर:** तथा सामू. सा. १) हर शनिवार सायं ८:३० से ९:३०. **वाल-शिविर:** हर पहले रविवार. **स्थान:** जीवक आरोग्य मंदीर, २) सुबह और शाम ८ से ९ (केवल शनिवार सायंकाल तथा रविवार नहीं), **स्थान:** श्रीसदन, थोडगा रोड. **संधान:** फोन: २६२३०८, मोबा. ९४२२१-८६१६७. **खामगाव:** तथा (सामू. सा.: प्रतिदिन शाम ७ से ८ तथा हर रविवार सुबह ८ से ९), **स्थान:** सब-इंजीनियर्स, क्रेडिट सोसायटी कोर्ट के पास. **संधान:** १) श्री समदुर, मोबा. ९४०३२-५६७१७, २) श्री बकाल, मोबा. ९८५०५-९४६०४.

चौथे रविवार: **नंदुरवार:** **संधान:** फोन: (०२५६४) २२२७३१; Email: sonarprasad@rediffmail.com; **जिन्नूर (परभणी):** तथा सामू. सा. हर रविवार सायं ६ से ७. **संधान:** श्री चंद्रवार, आडत दूकान, नवा मोडा, जिन्नूर, जि. परभणी-४३१५०९. फोन: २२०१७७, २२०२७७. **अमरावती:** १) तथा सामू. सा. हर रविवार प्रातः ८ से ९. **स्थान:** "अग्रवाल योग भवन" कॉंग्रेस नगर रोड अमरावती-४४४६०६ **संधान:** १) जे. आर. काळे, ३२ श्रीविकास कालनी अमरावती-४४४६०६, फोन: ०७२१-२६७१८५०. २) श्री सोनोने, फोन: (०७२१) २५७०९७२. २) रत्ने इन्स्टीट्यूट बडनेरा, **संधान:** श्री हरिदास वहाने, मोबा. ९८६०४-४२२४१. **कायटी:** **वाल शिविर:** (बुद्धभूमि महाविहार) **संधान:** बुद्ध भूमी, पो. खैरी, फोन: २८८७३२ **यवतमाळ:** तथा सामू. सा. प्रातः ८ से ९. **स्थान:** कार्यालय, विपश्यना चारिटेबल असोसिएशन, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सांस्कृतिक भवन के पास, सिद्धार्थ सोसायटी, वैशाली नगर. फोन: २४४०४६. **संधान:** १) श्री ढोले, फोन: २४६८३०, २) श्री गडलिंग, फोन: २५०८०८. **लातूर:** (सामू. साधना: हर रविवार तथा छुट्टी के दिन प्रातः ८:३० से ९:३०. **संधान:** लातूर विपश्यना समिति, R.T.O. ऑफिस के सामने, बाभळगाव रोड, फोन: २४७९९८, २५६६६६, ९४२२४२५९११. **अन्य:** **मनासा:** हर पहले, दूसरे एवं तीसरे रविवार; (**वाल-शिविर:** हर चौथे रविवार); **संधान:** फोन: (०२५९१) २२२१६६. **भंडारा:** तथा सामू. सा. सुबह ८ से ९, **वच्चों के शिवीर.** **स्थान:** विपश्यना हॉल, सहकार नगर, राहुल कालोनी **संधान:** श्री सलूजा, फोन: घर २५७४१६. दुकान २५१८८६. **कुरलपुरणा (अमरावती):** हर रविवार एक-दिवसीय स्वयं शिविर. सामू. साधना: प्रातः ८ से ९. **स्थान:** कुरलपुरणा बुद्ध विहार, (टोंगलापुर), ता. चांदुरबाजार. फोन: (०७२२७) २७७६५५, २२४६८७. **नागपुर:** (**वाल-शिविर:** हर महीने के पहले और तीसरे रविवार); प्रातः ८ से दोपहर २ बजे तक, ८ से १६ वर्ष; **स्थान:** स्पीक ऑफ सैन कॉन्वेंट

भाऊसाहेब सुर्वे नगर, त्रिमुर्ती नगर के पास, नागपुर **संधान:** १) माया वावियकर, मोबाईल: ९८२३७९४६७४, २) रोहिणी डोंगरे, मोबाईल: ९८२३८९८२१४ **पांचपावली (नागपुर):** हर पूर्णिमा के दिन; **संधान:** १) श्रीमती गजभिये, मस्कसाथ, इतवारी, नागपुर-२. फोन: २७७६३९२, २) श्रीमती चंदनखेडे, फोन: २७२७७३१; **वर्धा:** **स्थान:** महीने की १४ तारीख को स्वयं शिविर, प्रातः ८ से सायं ५; **संधान:** श्री सोनटकरके, सिद्धार्थनगर, नाचणगांव, जिला-वर्धा. **महाड (रायगड):** हर तीन महीने के बाद चौथे रविवार को **स्थान:** गुरुकूल अकेडमी **संधान:** श्री विश्वनाथ धोत्रे, फोन: (०२१४५) ६९०२९६, ०९८१९३-५४८७४.

गोवा: **पहले रविवार:** **उत्तर गोवा:** **स्थान:** एस १-१०१, अपुरवाड क्लिनिक, नोवा किडडे कॉम्प्लेक्स प्रोवीरीम गोवा **संधान:** १) श्री अमोनकर, फोन: (०८३२) २४४३३००. २) मुरीयल डिसोझा एवं मारीडो मंसक्रैवस फोन: २४०९९९९. Email: dhammadworks@gmail.com **गुजरात:** **पहले रविवार:** **मांडवी-कच्छ:** (सामू. साधना: प्रतिदिन प्रातः ६ से ७ तथा रविवार ८:३० से ९:३०) **स्थान:** सेवा मंडल, मांडवी. **संधान:** श्री शाह, फोन: (०२८३४) २३३०७६/४०६, २२४१९८. **बड़ोदा:** तथा दूसरे रविवार शुक्रवार से रविवार तक दो दिवसीय कोर्स एवं **वाल शिविर** हर तीसरे रविवार. **स्थान:** 'धम्मभवन', मंगलदोप, ५ काकिडी पार्क, अकोटा अतिथिगृह के पीछे, बड़ोदा-३९००२०; फोन: (०२६५) २३४११८१. **सुरत:** १) (सामू. साधना: हर रविवार, प्रातः ७:३० से ८:३०), **संधान:** श्री भरवाडा, फोन: (०२६१) २४२४०२. २) तथा (सामू. साधना: प्रातः ७:०० से ८:००, **स्थान:** समता, बंगला नं. २, नेहरूनगर इच्छानाथ, सुश्रुत हॉस्पिटल के पीछे) **संधान:** डा. शाह, फोन: (०२६१) २२२८९३३, मोबा: ९८२५०५४२७४. **अणुमाला-** (सामू. साधना: प्रतिदिन, सायं ६ से ७ बजे तथा हर रविवार प्रातः ८ से ९, तथा सायं ६ से ७ बजे.) **स्थान:** कल्ल बिल्डिंग, **संधान:** (०२६३६) २४४४६२/७६४३५. **पालनपुर:** (सामू. सा. हर रविवार सुबह ८ से ९) **स्थान:** विकास बालमंदिर सर्वोदय कन्या छात्रालय जगाना रोड, पालनपुर. **संधान:** १) श्री वैद्य, फोन: (०२७४२) ३२४८३५.

दूसरे रविवार: **गांधीधाम:** (सामू. सा.: रविवार सुबह ७:३० से ८:३०) **स्थान:** प्लाट ५९१, सरस्वती बिल्डिंग, पुल्सि चौकी के पास, वार्ड १२६, गांधीधाम; **संधान:** श्री रमवाल फोन: २२०१४१, २२३६५४. **धर्मज:** (सामू. साधना: हर रविवार सायं ४ से ५). **संधान:** श्री पटेल, फोन: २४४३५६, २४४४५०. Email: jalaramtrust@satyam.net.in **अणुमाला:** (सामू. सा.: हर रोज सायं ६ से ७), **स्थान:** विपश्यना ध्यान केंद्र, जूनियर होस्टेल, अणुमाला टाउनशिप; **संधान:** श्री भगत, फोन: (०२६२६) २३४७९९. **अहमदाबाद:** तथा सामू. साधना हर रोज प्रातः ८ से ९ एवं सायं ६ से ७. **स्थान:** धम्म हाउस, १५ चंदन पार्क सोसायटी, विजयनगर पेट्रोल पंप के पास, नरणपुरा, अहमदाबाद-३८००१३. **संधान:** निरंजन घोष, फोन: २७५३०११२. **भावनगर:** **स्थान:** आराधना टावर, मेधाणी सर्कल, **संधान:** श्री मेहता, फोन: (०२७८) २२१२९२२. २) श्री शाह, फोन: (०२७८) २२०९५४५. **अमरेली:** **संधान:** भगिनि छात्रालय, श्री डारकादास ललाडीया, ५१-श्रीरंग सोसा. फोन: (०२७९२) २२३९४३. मोबा. ०९३२४६-१२०००. **जामनगर:** **संधान:** श्री कोटेया, स्वागत कॉम्प्लेक्स, होटल रेजेन्सी के सामने, पी. एन. मार्ग, जामनगर. **भुज:** तथा चौथे रविवार दोपहर १ से ६ तक (सामू. साधना: हर रविवार सुबह ८ से ९) तथा महिलाओं के लिए सामू. साधना: हर बुधवार सायं ४:३० से ५:३०. **स्थान:** धनवंतरी स्कूल कंपाउंड, जनरल हॉस्पिटल के सामने. **संधान:** १) श्री. पटेल, फोन: २५५२१८, २) डॉ. पटेल, फोन: २५१९०५.

तीसरे रविवार: **भरुच:** तथा (सामू. साधना: प्रतिदिन प्रातः ७ से ८:१५). **संधान:** श्री मायावंशी, १५ नारायण कृपा सोसायटी, नारायण स्कूल के पास, त्रिमुर्ती हॉल के पीछे, भरुच-३९२००१. फोन: (०२६४२) २४३२११. मोबाइल: ९४२७१-५७३१५. **नवसारी:** **स्थान:** प्रजापती विद्यार्थी आश्रम, चिमनभाई रोड. **संधान:** श्री लाड, फोन: (०२६३७) २५५२५९. २) श्री इंटवाला, फोन: २४२६५८. **अहमदाबाद:** तथा (सामू. साधना: प्रातः ८ से ९). **स्थान:** ३, मौलिक हाउसमेंट, एल. जी. कॉर्नर, पृथ्वी होटल के पास, पुल्सि चौकी के सामने. **संधान:** शोभाबेन दिनेशभाई शहा फोन: २५४६१६८१. **चौथे रविवार:** **भुज:** (सामू. साधना: हर रविवार, प्रातः ८ से ९, बच्चों को सा. सा.: ९ से १०) **स्थान:** कुदरती उपचार केंद्र, ज्युविली कॉलोनी, भुज. **संधान:** श्रीमती ढोलकिया, फोन: २५०५५१. **विलीमोरा:** **संधान:** श्री अग्रवाल, फोन: (२६३४) २८३१६६.

अन्य: **भावनगर-** हर महीने एक शिविर, (सामू. सा. प्रातः ७:३० से ८:३०), **स्थान:** रेडियो ट्रेनिंग स्कूल, लोखंड बाजार, भावनगर-३६४००१. फोन: २४२३५२. **संधान:** श्री शाह, सुभाषनगर, ४० वर्षा सोसायटी, भावनगर-१. फोन: (०२७८) २४२९५४५. **थरा:** हर पूर्णिमा, (सामू. सा. रविवार, प्रातः ८ से ९). **संधान:** ६, सरदार कृपिंज, थरा-३८५५५५, (बनासकांठा). फोन: (०२७४७) २२०६१, नि. २२१२७. **सुरत:** दूसरे, तीसरे, चौथे तथा अंतिम रविवार. सामू. साधना: हर दिन प्रातः ७:३० से ८:३०. **संधान:** २६६३४०८. **अहमदाबाद:** हर अंतिम रविवार. तथा मैत्री पहले रविवार प्रातः ८ से १०, (सामू. सा.: प्रातः ८ से ९), **स्थान:** इश्वर भुवन, पूर्णानंद आश्रम के सामने, कोमर्स छह रस्ता. **संधान:**

दूसरे रविवार: **गांधीधाम:** (सामू. सा.: रविवार सुबह ७:३० से ८:३०) **स्थान:** प्लाट ५९१, सरस्वती बिल्डिंग, पुल्सि चौकी के पास, वार्ड १२६, गांधीधाम; **संधान:** श्री रमवाल फोन: २२०१४१, २२३६५४. **धर्मज:** (सामू. साधना: हर रविवार सायं ४ से ५). **संधान:** श्री पटेल, फोन: २४४३५६, २४४४५०. Email: jalaramtrust@satyam.net.in **अणुमाला:** (सामू. सा.: हर रोज सायं ६ से ७), **स्थान:** विपश्यना ध्यान केंद्र, जूनियर होस्टेल, अणुमाला टाउनशिप; **संधान:** श्री भगत, फोन: (०२६२६) २३४७९९. **अहमदाबाद:** तथा सामू. साधना हर रोज प्रातः ८ से ९ एवं सायं ६ से ७. **स्थान:** धम्म हाउस, १५ चंदन पार्क सोसायटी, विजयनगर पेट्रोल पंप के पास, नरणपुरा, अहमदाबाद-३८००१३. **संधान:** निरंजन घोष, फोन: २७५३०११२. **भावनगर:** **स्थान:** आराधना टावर, मेधाणी सर्कल, **संधान:** श्री मेहता, फोन: (०२७८) २२१२९२२. २) श्री शाह, फोन: (०२७८) २२०९५४५. **अमरेली:** **संधान:** भगिनि छात्रालय, श्री डारकादास ललाडीया, ५१-श्रीरंग सोसा. फोन: (०२७९२) २२३९४३. मोबा. ०९३२४६-१२०००. **जामनगर:** **संधान:** श्री कोटेया, स्वागत कॉम्प्लेक्स, होटल रेजेन्सी के सामने, पी. एन. मार्ग, जामनगर. **भुज:** तथा चौथे रविवार दोपहर १ से ६ तक (सामू. साधना: हर रविवार सुबह ८ से ९) तथा महिलाओं के लिए सामू. साधना: हर बुधवार सायं ४:३० से ५:३०. **स्थान:** धनवंतरी स्कूल कंपाउंड, जनरल हॉस्पिटल के सामने. **संधान:** १) श्री. पटेल, फोन: २५५२१८, २) डॉ. पटेल, फोन: २५१९०५.

तीसरे रविवार: **भरुच:** तथा (सामू. साधना: प्रतिदिन प्रातः ७ से ८:१५). **संधान:** श्री मायावंशी, १५ नारायण कृपा सोसायटी, नारायण स्कूल के पास, त्रिमुर्ती हॉल के पीछे, भरुच-३९२००१. फोन: (०२६४२) २४३२११. मोबाइल: ९४२७१-५७३१५. **नवसारी:** **स्थान:** प्रजापती विद्यार्थी आश्रम, चिमनभाई रोड. **संधान:** श्री लाड, फोन: (०२६३७) २५५२५९. २) श्री इंटवाला, फोन: २४२६५८. **अहमदाबाद:** तथा (सामू. साधना: प्रातः ८ से ९). **स्थान:** ३, मौलिक हाउसमेंट,

अलकवालेन अग्रवाल, फोन: २६४०-४८२९, ९८९८०-११९६०.

● **नई दिल्ली: पहले रविवार:** स्थान: विपश्यना साधना संस्थान, संपर्क: लाजिकस्टेट देखें.

दूसरे रविवार: स्थान: ५, बुद्ध विहार, ब्लाक मार्केट के निकट, यमुना विहार. नई दिल्ली संपर्क: श्री गौतम, तथा श्री यादराम अरूण. फोन: ९८६८१-०२१५७, २२१३४८७२.

तीसरे रविवार: तथा पाचवे रविवार (सामू. साधना हर रविवार सुबह ८ से ९) संपर्क: श्री राजेश कुमार, सामुदायिक केंद्र, निर्मल छाया, बाहरी तिहार जेल, गेट नं. २, जेल रोड, फोन: २५५५३४०४.

चौथे रविवार: तथा सामू. सा. प्रातः १० से ११. संपर्क: श्री अभय शर्मा, फोन: २५१०२३१६. (कृपया भोजन साथ लाएं).

अन्य: प्रत्येक रविवार तथा सरकारी छुट्टियों के समय स्थान: विपश्यना साधना स्थल १२, भोगल रोड. संपर्क: श्री राज करवाल, फोन: २४३७०१५८, मोबाइल: ९८१०५६४१६.

● **हरियाणा: प्रथम रविवार:** पंचकुला: स्थान: एन एस इस्टर, १६२/१२, पंचकुला (हरियाणा) तथा सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ६ से ८. संपर्क: फोन: २५६३४४२

दूसरे रविवार: फरीदाबाद: स्थान: गीता बाल निकेतन स्कूल, ३-ई, पार्क नित, फरीदाबाद-१. संपर्क: श्री तनेजा, फोन: २२४११४३५.

चौथे रविवार: रोहतक: तथा (सामू. साधना: हर रोज सायं ८:३० से ९:३० और रविवार सुबह १० से १२); संपर्क: विपश्यना ध्यान समिति, H. No. 17/184, विजय नगर, धनवन्तरी स्कूल के पिछे, रोहतक-१२४००१, फोन: (०१२६२) २५७२१८.

● **पंजाब: प्रथम रविवार:** चंदीगढ़: तथा सामू. सा. छुट्टी के दिन, प्रातः ८ से ९. प्रतिदिन सायं ५ से ६. स्थान व संपर्क: ५२, सेक्टर ११-ए. फोन: २५४६११२. बरनाला: तथा सामू. साधना: हर मंगलवार तथा शनिवार प्रातः ८ से ९. संपर्क: (०१६७९) २३१-०४६. मोबाइल: ९८१५४-३९५५५. लुधियाना: तथा सामू. साधना: हर रविवार सुबह ९ से १०. स्थान: 16-E, सरोबा नगर, संपर्क: श्री सुरेश गोयल मोबा. ९८५५७-०२९४५, ९८७२८९७२९०. कपूरथला: तथा सामू. साधना: हर बुधवार प्रातः ५:३० से ६:३०. स्थान: वरीस शहा हॉल, १ला माला, बैंक साइड एट्री, रेल कोच फेक्ट्री. संपर्क: १) एस. एन. कनवर, मोबा. ९४१७४-४२५६०. २) संजीव कुमार मोबा. ०९४६३८-४८८३४३.

अन्य: भर्तीडा: हर अंतिम रविवार, सामू. साधना: प्रातः ८ से ९. स्थान: १४०, वीर कालोनी. संपर्क: मोबाइल: ९८१४०-३१३७३, ९८७२८-९७२९०.

● **राजस्थान: प्रथम रविवार:** अजमेर: १) तथा [सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ८ से ९ तथा ९ से १० पू. गुरुजी के प्रवचन]. स्थान व संपर्क: विपश्यना समिति, वीर तेजाजी नगर, दौराई, अजमेर-३०५००३; फोन: (०१४५) २४४३६०४, २४४२४०९;

तीसरे रविवार: जोधपुर: १) तथा [सामू. साधना: हर शनिवार प्रातः ७:३० से ८:३०. संपर्क: श्री नेमीचंद भंडारी, २६०, "मयूर", चौथी 'बी' रोड, सरदारपुरा, जोधपुर फोन: (०२९१) २६३३३३०. मोबा. ९३१४७-२७२१५, २) जोधपुर कारागृह: हर दूसरे शनिवार (सामू. साधना: हर शुक्रवार प्रातः ८ से ९) संपर्क: श्री भन्डारी, फोन: (०२९०) २६३३३३०, २४३२०४८ (विपश्यना साहित्य व कैसेट भी उपलब्ध). कोटा: तथा [सामू. साधना: हर रविवार सुबह ८ से ९]. स्थान: ८/२९ सरस्वति कालोनी, बारा रोड कोटा संपर्क: फोन: (०७४४) २४४११९३, मोबा. ९४१३३-४०२४२, ९८२९२-६२६४६.

चौथे रविवार: रावतभाटा: (सामू. साधना, बच्चों के शिविर व अन्य कार्यक्रम भी) संपर्क: फोन: (०१४७५) २३३०२९.

अन्य: जयपुर: १) हर रविवार तथा सा. साधना हर शनिवार सायं ५:३० से ६:३०, स्थान: बी - २५, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कालोनी, अजमेर रोड (डी सी एम परीया), जयपुर - ३०२०१९, संपर्क: फोन: (०१४१) २७४०७१३, मोबा. ९८२८१-६१९५५. २) हर पूर्णिमा. स्थान: 'बोधिसत्व', १३३, लाजपत नगर, तिलवाला गांव, जगतपुरा, जयपुर-३०२०२५. संपर्क: १) श्री खुंटेटा, फोन: २५२१०५७. २) श्री गुप्ता, फोन: २५४५१२५. रानीवाडा: हर पूर्णिमा, अष्टमी, एवं अमावस्या तथा इसके अलावा एक दिवसीय स्वयं शिविर एवं सुचना देकर साधक अपनी सुविधानुसार कभी भी आ सकते हैं एवं सामू. साधना: हर रोज प्रातः ६:३० से ७:३० एवं सायं ७ से ८, संपर्क: सोनाराम चौधरी, गाँव जालेरा कल्ला, ता. रानीवाडा, जिला: जालेरा-३४३०४०. फोन: (०२९९०) २२५७१५, मोबा. ९४६०७-०६३७९.

● **उत्तर प्रदेश: पहले रविवार:** वाराणसी: हर माह, (सामू. साधना: प्रत्येक रविवार दोपहर २:३० से ३:३०); स्थान: (कुशाग्रथली, कब्र रोड, जे. पी. मेहता कालेज, कचहरी के पास, राय गोविंदचंद्र आवास), संपर्क: फोन: (०५४२) २३८२३४१/४४; फैक्स: २३४२२८५; झाँसी: १) (सामू. सा. हर रविवार प्रातः ८ से ९ एवं ९ वां शिविर: २००९) (८ से ११ वर्ष) १२-४, २७-१२, (१२ से १५ वर्ष) १४-४, स्थान: शांति निकेतन, हास्टल बीपीसी पेट्रोल पंप के पास, शिवाजी नगर, कानपुर रोड झाँसी. संपर्क: फोन: (०५१०) २३२००७०. २) तथा सामू. साधना: शेष रविवार को प्रातः ८ से ९, संपर्क: श्री गुप्ता, फोन: (०५१६२) २५२२६४.

गान्जियाबाद: स्थान: बोधि टेंपल, बुद्धविहार, सेक्टर-२३, संजय नगर. संपर्क: श्री सिंह, फोन: (९५-१२०) २०५०६६०, २७८४६५३, मोबा. ९८६८८९३००९.

दूसरे रविवार: कानपुर: तथा (सामू. साधना हर शनिवार प्रातः ८ से ९). संपर्क: श्री अग्रवाल, फोन: (०५१२) ३९४६४७७, मोबाइल: ९८३९२१५३०८ Email: arpitaa@lw 1.vsnl.net.in

इलाहाबाद: तथा (सामू. साधना हर रविवार प्रातः ७:३० से ८:३०). स्थान: संगम विपश्यना समिती त्रिवेणी, वानप्रस्थ आश्रम, त्रिवेणी रोड झुँसी, झुँसी, इलाहाबाद. संपर्क: मोबाइल: ९४१५३०६९३४, १) श्री कुशवाहा, मोबाइल: ९४१५६५०९७६, २) श्री. गुप्ता, मोबाइल: ९४५०६०९६६६. खलीलाबाद: तथा सामू. सा. हर रोज प्रातः ७ से ८. संपर्क: श्री राम दुर्गार प्रसाद, मंड्या, पो. खलीलाबाद, जि. सन्तकवीर नगर-२७५१७५. फोन: (०५५४७) २२२४५५. मोबाइल: ९४१५०-३८०३८.

तीसरे रविवार: मेरठ: संपर्क: श्री जैन, फोन: २५२३४१८.

चौथे रविवार: कानपुर: स्थान: १५/२६०, कचहरी के पास, जिला आपूर्ती कार्यालय के सामने, सिविल लाईन्स; कानपुर संपर्क: श्री साहू, फोन: २४१०३२५ मोबाइल: ९३३६१०६५५५.

अन्य: गान्जियाबाद: १) अंतिम रविवार, प्रातः ७ से ८. स्थान: धम्म प्रकाश चैरीटेबल ट्रस्ट, महानामबुद्ध विहार, D-ब्लॉक, अंसल ईस्ट एण्ड कोलोनी, ट्रानिका सिटी, लेनी जनपद. मोबाइल: ९८९९६२७०७. २) हर रविवार, सायं ६ से ७. स्थान: ग्राम इन्डर गढ़ी, पो. आध्यात्मिक नगर. फोन: ०१२०-२७६६०२८. ३) हर शनिवार, प्रातः ८ से ९. स्थान: जे-२८, गोविन्द पुरम, गान्जियाबाद. मेरठ: हर अंतिम रविवार. संपर्क: श्री पाठक, फोन: २६६००३३.

● **मध्यप्रदेश: प्रथम रविवार:** रतलाम: (सामू. सा.: हर रविवार प्रातः ७:३० से ८:३०); संपर्क: श्री बाधवानी, स्टेशन रोड, रतलाम-४५७००१. फोन: (०७४१२) २६७७३३ (नि.), २३०९३३ (का). सीधी: (सामू. सा.: हर दिन प्रातः ७:३० से ६:००, सायं ६:०० से ७:००) संपर्क: 'विपश्यना कुटी', वन अभयारण्य कालोनी, सीधी-४८६६६१. फोन: (०७८२२) २५१३९७, ०९४२५१७९४६६.

तीसरे रविवार: इंदौर: तथा सामू. सा. हर रविवार (तीसरे रविवार नहीं) प्रातः ८ से ९. स्थान: शाकुल ए. वी. रोड, संपर्क: श्री गोखले फोन: २५५६८७०. छिन्वाड़ा: तथा सामू. सा. हर रविवार, प्रातः ८ से ९. स्थान: एफ/५ सिविल लाईन्स छिन्वाड़ा म. प्र. संपर्क: महेंद्र कुमार सोमकुवर, फोन: (०७१६२) २४८६३१, मोबा. ०९४२३९६८७१, ०९४२३३६३४१.

चौथे रविवार: रायपुर: संपर्क: फोन- (०७७१) २५३७१३१. अन्य: जबलपुर: हर अंतिम रविवार, (सामू. सा.: प्रातः ९ से १०), संपर्क: श्री पटेल, फोन: २४१०३१४. इटारसी: हर अंतिम गुरुवार, (सामू. सा.: हर रोज सायं ६ से ७). संपर्क: श्री वाघ, RB-II 271-B, नया बार्ड, फोन: २६५४९८. उज्जैन: हर अंतिम रविवार तथा सामू. सा. हर रविवार प्रातः ८ से ९. संपर्क: वैरेन्द्र अग्रवाल, प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र, मंगल कालोनी. फोन: (०७३४) २५१०९८९.

इंदौर: हर पूर्णिमा, सामू. सा. हर शनिवार प्रातः ८ से ९. स्थान: बुद्ध विहार गौरी नगर, परदेशीपुरा इंदौर. संपर्क: श्री नंदेश्वर, फोन: (०७३१) २५७३६४७. गुना: हर अंतिम रविवार तथा सामू. साधना: हर रविवार. प्रातः ८ से ९. संपर्क: श्री एस. पी. अग्रवाल, फोन: (०७५४२) २२१३५०. २) श्री रामस्वरूप भारती, मोबा. ०९८९३९७-७१७४०. बैतूल: हर अंतिम रविवार, (सामू. सा. प्रतिदिन प्रातः ६ से ७ तथा रविवार सायं ६ से ७) संपर्क: मोबा. ०९४०६५-६७४१९, ९३२९५-६१२०५

● **छत्तीसगढ़: दूसरे रविवार:** विलासपुर: तथा सामू. सा. प्रातः ८ से ९, संपर्क: श्री मेश्राम, फोन: २५४८३०.

तीसरे रविवार: रायपुर: नेहरापासा स्कूल, संपर्क: श्री गुप्ता, मोबाइल: ९२२५२-०५३१०. दल्ली-राजहरा: तथा सामू. सा. प्रतिदिन प्रातः ६ से ७, एवं बाल शिविर हर तीन महिने में एक बार, बच्चों की सामूहिक आना-पान साधना प्रातः ७ से ७:३० स्थान: डा. आम्बेडकर मेमोरियल भवन, दल्ली-राजहरा संपर्क: १) पी. एल. साखरे, मोबा. ०९३०३१-३२१७१, २) वी. एल. बौद्ध, मोबा. ०९४०६१-०३८३२.

चौथे रविवार: अमरकंटक: तथा सामू. सा. रविवार ८ से ९. संपर्क: (०७७१) २५३७१३१.

● **दक्षिण भारत: पहले रविवार:** हैदराबाद (आंध्रप्रदेश): तथा सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ९ से १०. तथा सायं ६:१५ से ७:१५ संपर्क: फोन: २३०६६४९८, मोबा. ९४४११-८५३५२. ऑरोविले- (पांडिचेरी) संपर्क: सुश्री भावना डी, वेराईट कम्युनिटी, ऑरोविले-६०५१११. Email: bhavana@aurorville.org.in फोन: २६२२०४५. मदुराई: (तमिलनाडु) संपर्क: फोन: (०४५२) २७४२९३४/०५६८. बैंगलोर (कर्नाटक) स्थान: मराठी योगशाला, हनुमंथनगर तथा अलूर; संपर्क: विपश्यना साधना एवं शोध केंद्र, फोन: (०८०) २३३६०८९६ या फोन: २२२४३३०. फैक्स: २२७५७७६. तिरुवनमलाई: तथा सामू. सा. प्रातः ९ से १०. स्थान: विद्या हिंदू मीडिल स्कूल. संपर्क: श्री पी. थंदवरयन, ३३, कुमार कॉलेज रोड, तिरुवनमलाई, T.S.D.L., पिन-६०६६०१, फोन: २२८९१६. टनुका: तथा तीसरे रविवार. सामू. सा. रविवार सुबह १० से ११. संपर्क: सुब्बा राव, SKKSD महिला कला शाला. फोन: (०८८१९)

२२१५४, २५३६९, ३४१८८.

दूसरे रविवार: पांडिचेरी तथा सामू. सा. ७:३० से ८:३० संपर्क: मीनाबेन शहा, योग मीलन स्ट्रीट, अरविंद आश्रम के पीछे, पांडिचेरी-६०५००१. उड़ीसी: स्थान: गुरुकुल, सिद्धीविनायक मंदीर के पास. संपर्क: १) श्रीमती विजयालक्ष्मी भट, फोन: २५३६८३५. २) श्री हेगडे, फोन: २५७३१९५. भिमावराम (आंध्रप्रदेश): तथा पूर्णामा. सामू. सा. रविवार दोपहर २:३० से ३:३०. संपर्क: विपश्यना आफिस, ऊन्डी रोड. फोन: (०८८१६) २६४४४. अदिलाबाद (आंध्रप्रदेश): तथा सामू. सा. रोज दो घंटे संपर्क: श्री डी. साइलजदास, मोबा. ९३९००-१००२७.

चौथे रविवार: सिकंदराबाद: तथा (सामू. साधना: प्रतिदिन सायं ६ से ७ तथा हर रविवार प्रातः ८ से ९) स्थान: ७०२, एमरल्ड हाऊस, एस. डी. रोड तथा फोन: श्री मोदी, फोन: (०४०) (नि) ४००२-०५९४.

अन्य: कोरमंगल: एक-दिवसीय: हर रविवार सुबह १० से ४; स्थान: अखिल कर्नाटक प्रानी दया संघ, एशियाड गेम्स कम्प्लेक्स के आगे, ८० फिट रोड, ६ वा ब्लॉक. कोरमंगल. संपर्क: गुप्ता फोन: (०८०) २५५३४४८६, २५५३२२०४, २२२२४३३०. फैक्स: २२२७५७७६. Email: silksb@vsnl.com

● **पूर्व भारत: पहले रविवार:** खरियारोड (उड़ीसा) - सामू. साधना: हर रविवार रात ७ से ८. संपर्क: १) फोन: (०६६७८) २२२३८. २) फोन: २२२४०७.

अन्य: कोलकता: हर एक रविवार छोड़कर, (सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ८ से ९. संपर्क: १) श्री बदानी, महावीर बिल्डिंग ९५, बकुल बागान रोड, ग्राऊन्ड फ्लोर, पद्मपुकर पार्क के पास कोलकता-१९. फोन: २४७५७२०८, ३२९५१२४७. सूचना: यदि कोई चाहे तो प्रातः ८ से १२ बजे तक स्वयं शिविर कर सकता है। सभी सुविधाएं और मार्गदर्शन भी उपलब्ध होगा। दिमापुर: हर अंतिम रविवार प्रातः ९ से शाम ५ तथा (सामू. साधना: हर रविवार प्रातः ९ से १०. संपर्क: (०३८६२) २४४६२३, मोबा. ९४३६००२४७५. Email: nirmal_58@yahoo.co.in

त्रिपुरा: हर पूर्णिमा, प्रातः ९ से शाम ४, (सामू. साधना हर रोज शाम ६ से ७, हर रविवार ८ से ९) संपर्क: १. श्री चक्रमा, मचमरा, उत्तर त्रिपुरा, पिन- ७९९२६५, फोन: (०३८२२) २६६२०४.

भुवनेश्वर (उड़ीसा): २००९ ३-५, ७-६, ५-७, २-८, २-०-९, ४-१०, १-११, २-०-१२. (सामू. साधना: हर रविवार प्रातः १० से ११). स्थान: विपश्यना ट्रस्ट, A/6, पल्लाशापल्ली, भुवनेश्वर-७५१०२०, संपर्क: १) श्री बागडी, फोन: (०६७४) २५९२५०४, ९३३७१०३७२७. २) श्री कर, फोन: २५६५२०६, ९४३७३३१०१९.

विपश्यना साहित्य, कैसेट्स आदि के लिए संपर्क स्थान

- श्री दीपचंद शाह, ३०३, सनशाईन हाईट, ज्ञान मंदिर रोड, दादर (प.), मुंबई-४०००२८. फोन: २४२२१३४.
- विपश्यना इनफॉर्मेशन सेंटर: सुरेश कोलनी, बिल्डिंग नं. ७, दूसरी मंजिल, नानवती हॉस्पिटल के आगे, एस. वी. रोड, मुंबई-४०००५६; फोन: ६५९१-२६७२, ३२९२-८२६६, २६१७-८७०१. समय: दोपहर २:५० से ५:०० (रविवार और छुट्टियों के दिन नहीं)
- अमिता पारेख, ई-१ अस्मीत, नेशनल डेकोरेटर्स के सामने, बजाज रोड, रेल्वे स्टेशन के पास, विले पार्ले (पश्चिम), मुंबई ४०००५६; फोन: (०२२) २६१२२२२२, २६११८२५८, २६१७८७०१ (दोपहर २:३० से सायं ५:०० बजे तक)
- विपश्यना फॉर वेदर एन्वूकेशन आफिस, लार्ड हॅरीस म्युनिसिपल मराठी स्कूल, एल. तिलक मार्ग, धोबी तालाब, जी. टी. हॉस्पिटल के पास, मुंबई-४००००१ (सोमवार से शुक्रवार दोपहर २ से सायं ७); संपर्क: सुनिल घाडगे, फोन: (०२२) २७०३६०१
- श्री एस. भालेराव, दादासाहेब गायकवाड हॉल, अंधेरी (पश्चिम); फोन: (०२२) ४१६३२८८
- आरती जनरल स्टोर्स, राम मंदिर के पास, आग्रा रोड, इगतपुरी-४२२४०३, जि. नाशिक; फोन: (०२५५३) २४४७९०
- रत्नसागर बुक्स, श्री सुहास कांबळे, १२५/१अ, राज सोसायटी, कोथरुड, पुणे-३८. फोन: २५४१०७९६.
- श्री सुमंतलाल एम. शाह, १३/३८६-C, सिविल लाईन्स, दूसरी मंजिल, रिजल फूड कन्ट्रोलर आफिस के सामने, कानपुर-२०८००१, यू. पी.; फोन: (०५१२) २९४२२२२, २९३५६५; फैक्स: २९३५६५.
- विपश्यना साधना समिति, मोहता भवन, ५३३-A, ८ B, रोड, सरदारपुरा, जोधपुर-३४२००३; फोन: ३२०४८, ३३२६०.
- सुजाता आर. खन्ना, प्रसाद शांतीपुत्र सेंटर, रुम नं. ३ पहला माला, रेल्वे स्टेशन के सामने गोरगाव (वेस्ट) मुंबई ४०० ०६२, (सोमवार से शुक्रवार दोपहर ३ से सायं ८); मोबाइल: ९३२०४-९२२६९
- श्री अशुध बुक्स एण्ड स्टेशनरी, शांति - ४, लालकृष्ण सोसायटी, वुडलैण्ड के पास, फर्नाचर शांति, सी वुड रेल्वे स्टेशन के सामने, नरुल (प.), नवी मुंबई - ४००७०६ टेली. ०२२-२७७२१९०३, मो. ९८२९३८७४५
- श्री सुश्री अशु शर्मा, जी-६२, तीसरी मंजिल, लजपत नगर-३ नई दिल्ली-११००२४. मोबा. ९८११८-१०६९१.