



# विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, पौष पूर्णिमा (ऑनलाइन), 17 जनवरी, 2022, वर्ष 51, अंक 7  
E-NEWS LETTER वार्षिक शुल्क रु. ३०/ आजीवन शुल्क रु. ५००

## धम्मवाणी

न गामधम्मो निगमस्स धम्मो, न चापियं एककुलस्स धम्मो ।  
सब्बस्स लोकस्स सदेवकस्स, एसेव धम्मो यदिदं अनिच्चता ॥

— अपदानपाळि २.३.८२, कुण्डलकेसीवगो

यह जो अनित्यता का धर्म (-स्वभाव) है वह न किसी ग्रामविशेष का है, न किसी नगरविशेष का और न ही किसी एक परिवारविशेष का । यह अनित्यता तो देवताओं सहित समस्त लोकों का धर्म (-स्वभाव) है ।

## सयाजी का शरीर त्याग और अंत्येष्टि

### सयाजी ऊ बा खिन के अंतिम क्षण

— बाबूलाल गोयन्का (गुरुजी के बड़े भाई)

रंगून, 23/1/1971

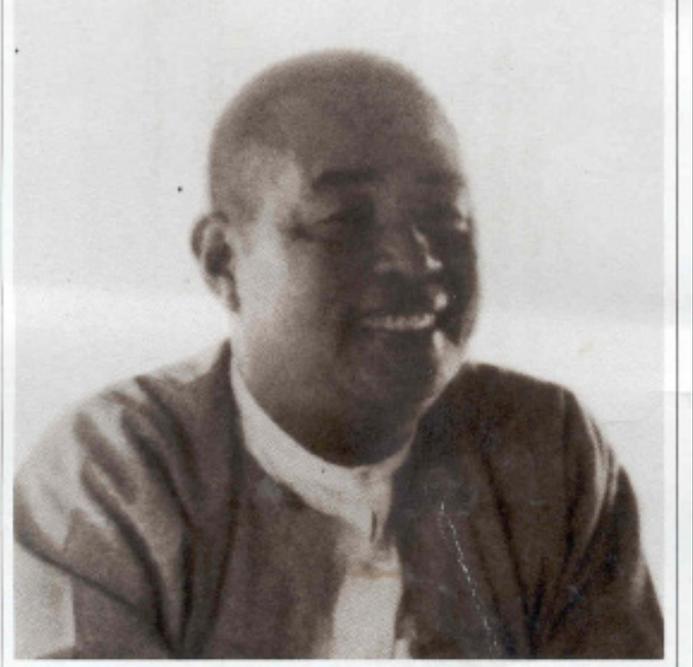
भाई सत्य,

सप्रेम आशीष ।

16/1 को जगदीश चोखानी के साथ तुम्हें कुछ पत्र भेजा था । कलकत्ते में उसने भाई शंकर को दिया होगा जो तुम्हें दे देगा । तुम्हारा तार मिला जिससे ज्ञात हुआ कि 17 को तुम नया शिविर शुरू करने जा रहे हो, इससे सबको बहुत खुशी हुई । पूज्य गुरुजी एवं मां सयामा को तुमने गहरा सम्मान (Deep Respect) व्यक्त करते हुए जो अभिवादन किया, उसका उन्होंने 'अम्या, अम्या, अम्या' कहते हुए पुण्यानुमोदन किया ।

रविवार 17 जनवरी की सुबह जब हम आश्रम गए तब पूज्य गुरुजी बिल्कुल ठीक लग रहे थे । शाम को साढ़े सात बजे की आयुं (विशेष सामूहिक साधना) के लिए भी मैं और भाई चौथमल फिर आश्रम गये । आयुं के बाद सयाजी कहने लगे "कल पेट में कुछ ऐंठन हुई, पर धर्म का काम करने में तकलीफ सहनी ही होती है । मैं धर्म के लिए अपनी जान देने को भी तैयार हूं । वहां डॉ. डा थिन क्यी (Dr Daw Thein Kyi) भी थी । सयाजी की दाहिनी आंख के बगल में शायद किसी कीड़े ने डंक मार दिया होगा जिसके कारण वहां कुछ सूजन थी । Dr Kyi ने किसी टेबलेट (दवाई) का नाम बताया और मँगा कर खाने को कहा ।

तब गुरुजी ने कहा— आजकल भोजन की मात्रा ज्यादा हो



Sayagyi U Ba Khin

1899 - 1971

जाती है, मेरा पेट बढ़ने लगा है । मैं भोजन कुछ कम करूंगा । पेट बढ़ने से एक ओर थोड़ा दर्द भी होता है । भाई चौथमल ने कहा कि भोजन कम करके फल अधिक खाएं । डॉ. डा थिन क्यी (Dr Kyi) ने कहा, "नहीं आप की भोजन की मात्रा अधिक नहीं है, इसे कम न करें, नहीं तो कमजोरी आ जायेगी ।" आदि बातें करके सब ने गुरुजी को प्रणाम किया और करीबन 9 बजे हम लोग घर आ गये । पूज्य गुरुजी पूर्ण स्वस्थ थे, सारी बातें धम्मायों (धर्म-कक्ष) में ही हुई ।

परंतु अपराह्न 3:30 बजे U Chit Tin का फ़ोन आया कि गुरुजी को उल्टी हुई, उसमें भी खून आया है । सुबह पाखाने में

**पूज्य गुरुजी की सहनशक्ति**  
**भी गज़ब की थी, जरा** आ य ।  
**भी सिसकना या हाथ** ही था ।  
**हिलाना या दर्द महसूस** डॉ. ओम प्रकाश  
**करना, कुछ भी नहीं** किसी Medical  
**था। आँख बंद कर** Conference  
**लिए थे, वे सब** (चिकित्सा सम्मेलन) में  
**सुई चुभो रहे थे,** गए हुए थे। डॉ. टीं मौं (Dr  
**इन्हें जैसे कुछ** Tin Maung) को दिखाया  
**हो ही नहीं** गया। उल्टी, टट्टी की रिपोर्ट आ  
**रहा है,** गयी थी। मुझसे कहा, मैं भी आ  
 जाऊं तो सोच-समझकर विचार  
 किया जाये कि अब आगे क्या किया  
 जाय। बनवारी घर पर ही था, गाड़ी ली,  
 भाई चौथमल को फ़ोन करके उसे भी साथ  
 लिया, क्योंकि वह रोग संबंधी ज्यादा जानकारी  
 रखता है। आश्रम पहुँचे जांच रिपोर्ट के अनुसार  
 पूज्य गुरुजी की उल्टी, टट्टी दोनों में ही मवाद (पीप)  
 एवं खून था। Dr Kyi ने कहा, “Hospital में भर्ती  
 करना होगा।”

### अस्पताल में भर्ती किया गया

डॉ. ऊ खिं मौं (Dr U Khin Maung) से पहचान है तो उन्हें बुला कर दिखा भी दें। वे चिट्ठी लिख देंगे तो भर्ती भी आसानी से हो जायेगी। मैं और चौथमल दोनों उनके घर गए, वे मिल गये। सारी हालत सुन कर उन्होंने कहा, “तुरंत अस्पताल ले जाओ”। पर हमने आग्रह किया, “एक बार चलकर आप देख लें, उसके बाद जैसी राय दोगे वैसे ही करेंगे”। डॉ. खिं मौं ने आकर सब कुछ देखा। पूज्य गुरुजी का पेट फूला हुआ था, दबाकर पूछा— “दर्द हो रहा है।” गुरुजी ने कहा, “दर्द तो नहीं है।” डाक्टर के सामने ही फिर खून की उल्टी हुई। डाक्टर ने कहा, “तत्काल अस्पताल ले जाओ” Emergency (आपात कालीन) वार्ड में जल्दी भर्ती करने की चिट्ठी लिख दी और अपने वार्ड के होम सर्जन को सब तैयारी रखने का निर्देश दिया। ब्लड बैंक को “A” टाइप खून की चार बोतल वार्ड 7-8 में तत्काल भेजने के लिए फ़ोन किया। Dr Kyi ने गुरुजी का Blood Group पहले ही बता दिया था। गाड़ी में बैठने लगे तब मैंने डाक्टर से पूछा तो डॉक्टर ने कहा कि “यकृत की समस्या (Liver Problem) है, थोड़ी देर में Unconscious (बेहोश) हो जायेंगे, जल्दी करो, केस गंभीर है, खून जल्दी चढ़ाना होगा”। Dr Kyi ने एम्बुलेंस पहले से ही भी बुला रखी थी। डाक्टर अपने घर गये, हम सब गुरुजी को अस्पताल में ले गए। वहां

जाते ही वार्ड 7/8 में खाट मिल गयी। होम सर्जन, नर्स सभी सेवा में जुट गए। एक तो डॉ. ऊ खिं मौं ने फ़ोन कर दिया था और फिर Dr Kyi भी साथ थी। वह सबको जानती थी। सब तैयारी करने लगे। तत्काल ड्रिप चढ़ाना शुरू कर दिए। नाड़ी की गति, खून का दबाव (Pulse, Blood Pressure) सब ठीक था। डाक्टर ने पेट साफ़ करने को कहा, एनिमा दी गयी, पर टट्टी नहीं हुई। रात को भाई चौथमल, मदनजी केडिया को लेकर फिर अस्पताल गया, खून चढ़ रहा था। स्थिति सामान्य थी, पूज्य गुरुजी होश में थे, कोई बेचैनी या घबराहट नहीं थी। आश्रम का नौकर Hla Tun को छोड़कर सब चले आये। रात को गुरुजी सोये, नींद भी आई। सुबह 3 बजे एक और खून की उल्टी हुई, उसके बाद से सब ठीक था।

9 बजे ऊ छिट टिन का फिर फ़ोन आया, गुरुजी की नस में खून ठीक से नहीं जा रहा था, इसलिए थोड़ी चमड़ी काटकर नस में सीधे जोड़कर खून चढ़ा रहे हैं। अब बराबर खून जा रहा है। रात को जब गुरुजी को अस्पताल में भर्ती किया, तब भी उनकी नसें ढूँढ़ने पर नहीं मिल रही थीं, संभवतः मोटी चमड़ी के कारण। अस्पताल की नर्स, डॉ. क्यी एवं अस्पताल के सर्जन नसों में सूई चुभोते रहे लेकिन चमड़ी में सूई घुसे ही नहीं। बहुत बार प्रयास किया। यूँ आधा घंटे तक हैरान होते रहे, हम सब भी हैरान थे। पूज्य गुरुजी की सहनशक्ति भी गज़ब की थी, जरा भी सिसकना या हाथ हिलाना या दर्द महसूस करना, कुछ भी नहीं था। आँख बंद कर लिए थे, वे सब सुई चुभो रहे थे, इन्हें जैसे कुछ हो ही नहीं रहा है, ऐसे लेटे थे। अब खून ठीक जा रहा था, सब ठीक था। मैंने पहले ही कह दिया था, पूज्य गुरुजी का इलाज ठीक से कराना है। जो डॉक्टर कहे हमें उसका पालन करना है।

बाद में ऊ छिट टिन का फ़ोन आया कि गुरुजी की हालत ठीक नहीं है। प्रह्लादजी से बात की तो उन्होंने भी कहा कि ऊ तिं झा (U Thein Zaw, पूज्य गुरुजी का लड़का) और Dr Kyi का पति दोनों आये थे, कहा कि खून खत्म हो गया है। गुरुजी को 1-2 बार और खून की उल्टी हुई है। खून और देना जरूरी है। प्रह्लादजी ने ब्लड बैंक को फ़ोन किया तो वहां वालों ने पलट कर पूछा, “क्या तुम लोग खून दे रहे हो?” तो प्रह्लादजी ने जबाब दिया, व्यवस्था कर लो, हम लोग पैसे दे देंगे। फिर कहा- तीन बोतल मिली है, अभी 7/8 वार्ड में भेज रहे हैं।

बनवारी को अस्पताल भेजा था, न तो वह लौट कर आया और न उसकी कोई खबर मिली। अस्पताल से Dr Kyi का फ़ोन आया, “गुरुजी की हालत ठीक नहीं है, Ba Pho आदि सभी इकट्ठे हो रहे हैं- क्या किया जाये, इस पर विचार करना है, अतः तुम भी आ जाओ।” मैंने जल्दी से भोजन किया फिर दुबारा फ़ोन किया तो पता चला गुरुजी की हालत ज्यादा खराब है।

**"अस्थि सिर्फ चार महापुरुषों की ही पूजी जाती है— बुद्ध की, प्रत्येक बुद्ध की, अर्हन्त की, या चक्रवर्ती राजा की। अतः इनकी अस्थि को नदी में विसर्जित किया जाय।"**

वहाँ से कोई नहीं आया, सभी अस्पताल में ही हैं, तुम भी चले आओ।" भाई चौथमल एवं प्रह्लादजी को यह न्यूज़ देकर मैं बस से अस्पताल चला गया। गेट पर ही Dr Kyi मिली, बोली--"जल्दी Dr. U Khin Maung से डिस्चार्ज (Discharge) आर्डर ले आओ, गुरुजी के बचने की उम्मीद नहीं है। अतः हम आश्रम में ले जाना चाहते हैं, जल्दी करो। मेरे पास गाड़ी नहीं थी, इतने में ही Ba Pho पहुँच गये। उन्हीं की गाड़ी से हम दोनों डॉक्टर के पास गए और कहा कि हमारे गुरुजी की मृत्यु अपने आश्रम के अमुक स्थान पर हो, अतः हम गुरुजी को अस्पताल से Discharge करके ले जाना चाहते हैं।" तो डॉ. ने कहा, "गुरुजी के हाथ पैर का Pressure Low हो जाने से खून की सप्लाई पूरे शरीर में बराबर नहीं हो रही है, परंतु कंधे के पास की नस से ब्लड बराबर जा रहा है। खून की सप्लाई बराबर होते ही हाथ पैर ठीक हो जायेंगे। ऑपरेशन करके रक्तस्राव ठीक किया जा सकता है पर उनका शरीर भारी है, बड़ी उम्र है इसलिए ऑपरेशन करना नहीं चाहता। जरूरी हुआ तभी ऑपरेशन (Operation) करूंगा। आप लोग पागलपन की बातें मत करो। गुरुजी को वापस ले जाओगे तो इलाज कैसे होगा? केस खराब (Case Serious) नहीं है, मत घबड़ाओ।"

डाक्टर से ज्यादा हम क्या समझें, अतः वापस लौट आये। रास्ते में Ba Pho ने कहा, "अगर हम लोग बिना समझे गुरुजी को वापस ले जायेंगे और कुछ हो गया तो यह सारा पाप हमारे सिर पर ही आएगा, अतः डॉक्टरों की सलाह के बिना कुछ नहीं किया जाये।" यही सब बातें करते-करते हम अस्पताल पहुँचे तो पहुँचते ही Ba Pho का आदमी नीचे मिल गया। उसने कहा जल्दी ऊपर जाओ, गुरुजी की हालत गंभीर है। हम दोनों दौड़े गए तो देखकर अवाक रह गए— देखा कि गुरुजी को आक्सीजन दी जा रही है और गंभीर रोगी वाले कक्ष (ICCU) में उन्हें सुला रखा है, खून चढ़ रहा है। गुरुजी के कमोवेश 50 बर्मी एवं भारतीय शिष्य उन्हें घेरे खड़े हैं। रह-रह कर सांस आ-जा रही थी। ऐसा लग रहा था कि वह अंतिम क्षण की अवस्था में हैं। इसके बाद सांस बिल्कुल

बंद हो गयी। उनका शरीर शांत हो गया। ....

## अंतिम यात्रा की तैयारी

खर्च के बारे में थोड़ी-सी चर्चा हुई तो सब लोगों ने दान देना शुरू किया और बहुत सारा धन एकत्र हो गया। सब की यही इच्छा थी कि खूब धूमधाम से अंतिम संस्कार किया जाय। किसी ने कहा, आजकल जब से विद्युत-शव-दाह होने लगा है तब से लकड़ी द्वारा दाह संस्कार बंद कर दिया गया है। तीसरा विकल्प था तेल की भट्टी में दाह संस्कार किया जाय।...

सब ने निर्णय किया कि 21 जनवरी, गुरुवार को 2 बजे अर्थाँ उठाई जायेगी, 3 बजे दाह-संस्कार होगा, ऐसा समाचार पत्रों में छपवा दिया गया। मांडले, मेम्यो फ़ोन कर दिया गया। मेम्यो से ऊ को ले (U Ko Lay) एवं मांडले से नरसिंह आये न। अचानक यह समाचार पाकर तुम विचलित न हो जाओ, इसलिए तुम्हें Seriously ill का तार दिया गया। फिर रात को तुम्हें लम्बा तार मां सयामा के नाम से दिया गया, ताकि तुम बिना विचलित एवं दुःखी हुए 17 जनवरी का शिविर जारी रख सको।

## अस्थि विसर्जन पर विचार-विमर्श

20 जनवरी बुधवार को 31 भिक्षुओं को भोजन-दान दिया गया, जिसमें प्रशंसनीय छौठाजी सयाडो भी आये। आश्रम में जहां गुरुजी का शव रखा हुआ था वहीं बैठकर उन्होंने त्रिरत्न शरण दी, पंचशील दिया व रतनसुत्त आदि का पाठ किया। हम सब शिष्य लोग Caves में बैठे। धरती पर पानी डालने का संस्कार सयाजी के बेटे ऊ तिनं झा ने किया। इस स्थान पर उनकी अस्थि गाड़कर स्मारक बनाने की बात की गयी तो भंतेजी ने कहा—"अस्थि सिर्फ चार महापुरुषों की ही पूजी जाती है—बुद्ध की, प्रत्येक बुद्ध की, अर्हन्त की, या चक्रवर्ती राजा की। अतः इनकी अस्थि को नदी में विसर्जित किया जाय।" यहाँ लाकर जमीन में गाड़ना उचित नहीं है। ऐसे चाहो तो स्मारक बना सकते हो, पर अस्थि गाड़ने के लिए उन्होंने मना कर दिया।

21 जनवरी, बृहस्पतिवार शाम को 4 बजे Custom विभाग की Motor Launch (मोटर-बोट) से उनकी अस्थि रंगून नदी के मर्कट स्थल (Rangoon River में, Monkey Point) से आगे ले जाकर विसर्जित कर दी जायगी, ऐसा निर्णय किया गया तथा इसके हिसाब से व्यवस्था की गई। पूज्य गुरुजी महापुरुष थे अतः उनकी कफ़न की पेट्टी के चारों ओर चार सुनहरे छत्ते सम्मान में लगाये जाएं, यह राजसी चिह्न है। बर्मा में जब कोई भिक्षु बनता है तब उसे राजसी वस्त्र पहनाकर, सिर पर यही सुनहरा छत्र एक आदमी लेकर चलता है और फिर बुद्ध विहार में पहुँच कर सारे राजसी वस्त्र त्याग कर, सिर मुँडवा कर भिक्षु बन जाता है। अतः पेट्टी



के चारों ओर ये सुनहरे छाते लगाए जाएं, श्मशान भूमि तक उन छातों को ले जाया जा सकता है, ऐसा भिक्षुओं ने आदेश दिया। इतना सब कहने के बाद वे सब अपने-अपने चाऊँ (विहार) को लौट गए।

बुधवार के दिन हमने बाजार से फल, मिठाई आदि मँगाकर भिक्षुओं के भोजनदान के लिए भेजा। भिक्षुओं के जाने के बाद पूज्य गुरुजी के शरीर को, जो कि आश्रम के धम्मायों में ही रखा गया था और बुधवार 11 बजे तक वहीं पर था। बाद में पेटी में डाल कर फया के चारों ओर परिक्रमा करा कर, धम्मायों (धम्म-कक्ष) में यह पेटी ऊंचे मचान पर रखी गई, चारों ओर चार सुनहरे छाते लगाए गए। जैसे भिक्षुओं के लिए विमान बनाते हैं, खुली Dodge Jeep में वैसा विमान बना कर, उस पर पेटी रखकर, छाते लगा कर ले जाने की तैयारी होने लगी।

### भव्य सम्मान के साथ शवयात्रा

बुधवार सुबह 5 बजे की आयु के बाद सब लोग एक घंटा अधिष्ठान में बैठे। वैसे आने-जाने वालों का तांता लगा रहता



था। सब लोग उसी में व्यस्त रहते थे फिर भी मैं एक घंटा सुबह, एक घंटा शाम पूज्य गुरुजी के पार्थिव शरीर के पास बैठकर मंगलवार, बुधवार दोनों समय एवं बृहस्पतिवार सुबह बराबर ध्यान में बैठा। ध्यान बड़ा अच्छा होता था।

बृहस्पतिवार को फिर 31 भिक्षुओं को भोजन-दान दिया गया। भाई चौथमल ने भारतीय भोजन की व्यवस्था की थी। भिक्षुओं को अपनी ओर से घर से बना भोजन लाकर भोजन-दान दिया। उसी तरह तिरत्त व पंचशील लिए गए, भिक्षुओं ने रतनसुत्त आदि का पाठ किया। पूज्य गुरुजी के पुत्र ने भूमि पर पानी छोड़ कर व सबको ‘अम्या’ बेरे (पुण्यानुमोदन) किया। सभी ने साधु, साधु, साधु कहा।

12 बजे के पूर्व 42 भिक्षु और आये। इस प्रकार कुल 73 भिक्षुओं को चीवर, छाता, चप्पल, टॉवेल, साबुन, आदि का दान दिया गया। अपने समाज की स्त्रियां, शिष्याएं, भिक्षुणियां आदि अंतिम दर्शन को आईं। पुरुषों में अधिकांश उनके शिष्य ही आये, कोई 2-4 Non शिष्य रहे होंगे। बर्मी शिष्यों के अतिरिक्त सभी अधिकारी भी आये। काफी भीड़ थी, तीन-चार सौ गाड़ियां थीं, 13 बसें थीं, 1500-2000 आदमी शवयात्रा में रहे होंगे।

जो भी शवयात्रा में आये, उन्हें Soft Drink आदि पिलाया गया, साथ ही पंखियां बांटी गईं, जिस पर तुम्हारा बोधगया से जो तार आया था, वह "अनिच्चावत संखारा...." वाला पद छापा गया था।



हां, तो बराबर 2 बजे शवयात्रा निकली। 3 बजे दाह-स्थल पहुंचे और 3 बज कर 5 मिनट पर उनका शरीर पेटी सहित तेल की भट्टी में डाल दिया गया। हम 10-15 लोग रुके रहे, बाकी सब चले गए थे। 4 बजे दाह पूरा हुआ, हड्डी वगैरह एक हंडी में रखी गई, इतनी तेज आंच थी कि हड्डी भी राख हो गई थी, जरा-सा दबा दें तो चूरा हो जाता था। राख व कोयला सभी एक टोकरी में डाल कर कलकत्ता रोड की जेट्टी ले गए। पूज्य गुरुजी का बेटा ऊ तिं झा, 3-4 और बर्मी शिष्य एवं हम लोग कुल 10-15 जने कस्टम के motor launch से

Monkey Point के आगे तक गए। वहां सब ने उनकी अस्थियों को अंतिम नमस्कार किया और बीच नदी में विसर्जित कर दिया गया। एक ओर अस्थि-विसर्जन हो रहा था, दूसरी ओर सूर्य पश्चिम में अस्त हो रहा था। अपने मुरारी का चीना सहपाठी (classmate) मित्र आजकल फोटोग्राफी का धंधा करता है, उसे बुला लिया था। भिक्षु भोजन दान, गुरुजी का मृत शरीर, शवयात्रा, अस्थि-विसर्जन आदि सभी की फोटो उसने खींची। एक Album तुम्हें भी भेजेंगे।

मां सयामा ने शवयात्रा के पहले करीबन 12 बजे एक प्रस्ताव रखा—यह सब तो पूज्य गुरुजी के लिए लोकीय संस्कार हुए, अब पुण्य-दान (मैत्री-वितरण) के लिए सभी शिष्यों को सुबह 7 से 8 एवं शाम 7 से 8 एक-एक घंटा अधिष्ठान में प्रति दिन सात दिनों तक बैठना चाहिए। बर्मियों में सातवें दिन पुण्य-दान होता है। मंगलवार को मृत्यु हुई है अतः सोमवार तारीख 25 तक सब बैठें, यह घोषणा की गयी। अपने घर से बराबर सुबह-शाम भाई चौथमल, प्रह्लादजी आदि कई लोग आते रहे। बर्मी शिष्य भी काफी आये। एक-एक ध्यान-कोठरी में 3-3, 4-4 साधक बैठे। अपने घर के बच्चों ने भी मंगलवार शाम, बुधवार सुबह-शाम तथा बृहस्पतिवार की सुबह जाकर ध्यान किया। जैसा पूज्य गुरुजी का प्रताप था वैसे ही उनका अंतिम संस्कार धूमधाम से अच्छा से अच्छा हुआ।

ऊ बा फो (U Ba Pho) आदि को पैसे की चिंता थी लेकिन अच्छा पैसा इकट्ठा हो जाने से किसी बात की कोई कमी नहीं रही, सब संतुष्ट थे। तारीख 25 सोमवार को पुण्य-दान के दिन 31 भिक्षुओं को पुनः बुलाकर सुबह 5 बजे की आयु का भोजन-दान दिया गया। भाई चौथमल व प्रह्लादजी की निगरानी में भारतीय भोजन रात भर जाग कर, हलवाई बुला कर बनवाया गया था। उस दिन सारे शिष्यों को बुलाया गया। करीबन 500-600 शिष्य, स्नेही, अड़ोस-पड़ोस के लोग आये। सबके लिए पूरी, साग, जलेबी आदि का भोजन दिया गया। यह भारतीय भोजन कभी-कभी खाने को मिलता है तो सब ने खूब खाया भी और जाते समय टिफिन भरकर अपने बच्चों के लिए भी लेकर गये। दोपहर 12 बजे तक खाने वालों का तांता लगा रहा। दान-पुण्य खूब अच्छी तरह संपन्न हुआ।

पूज्य गुरुजी को लिखी हूवर की चिट्ठी तारीख 20 को, मृत्यु के दूसरे दिन मिली। उसने लिखा—“आपके आदेशानुसार मैं धर्म सिखाने का काम करूंगा, पर मैं डरता हूं, हिचकिचाता भी हूं। मेरे पास जगह भी नहीं है फिर भी मैं तारीख 25 से 5 तक पहले खुद बैठूंगा, फिर बाद में दूसरों को सिखाना शुरू करूंगा।” उसे भी तार दिया गया और मां सयामा ने उत्साहित (Encourage) किया कि वह अपने कार्यक्रमानुसार 25 को अवश्य बैठे, गुरुजी तुम्हारे साथ हैं। उसका जबाब भी आया—“मैं निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार 25 को बैठ रहा

हूँ।” तुम्हारा भी तार आया। तुम 17 जनवरी वाले शिविर को सुचारु रखे रहे हो, इससे सबको संतोष हुआ। पूज्य गुरुजी नहीं रहे पर उनका धर्मकार्य बंद नहीं हुआ, चल रहा है, चलता रहेगा—यह संतोष की ही बात है।

मां सयामा ने मुझसे कहा, “गोयन्काजी को तार दो वे अपने निश्चित कार्यक्रमानुसार शिविर लगाएं, चिंता न करें। पूज्य गुरुजी सदा धर्म के काम में सहायता करेंगे।” मैंने उनके नाम से ही तुम्हें तारीख 20 को एक तार दिया था मिल गया होगा।

## अन्य विचार-विमर्श

तुम्हारे जो शिष्य बर्मा आना चाहते थे, उनमें से कइयों की चिट्ठियां आई हुई हैं। वे आएंगे तो कैसे होगा? इस पर भी विचार हुआ कि किसी को ‘ना’ नहीं कहा जाये, जो आना चाहे आये। आने पर सारी व्यवस्था (Arrangement) की जायेगी, ऐसा फैसला किया गया।

U Ko Lay ने बर्मीज एवं इंग्लिश में 2 लेख (Article) दैनिक समाचार पत्रों (Daily Newspaper) के लिए लिखे थे। छपने पर तुम्हें भेजूंगा।

पूज्य गुरुजी को श्रद्धांजलि (Homage) देते हुए एक तार तापड़िया जी, एक तार मोतीलाल जी एवं एक तार भीमावरम से मदनलाल केडिया के लड़के ओम का आया। डॉक्टर ओम प्रकाश जी को गुरुजी के अचानक चले जाने का बड़ा खेद रहा। डॉक्टर जी कह रहे थे यह रोग बहुत धीरे-धीरे बढ़ता है। पहले मामूली खून आता है, फिर एक महीने में जोर पकड़ता है। अतः यह रोग तो एक बहाना था, उन्हें जाना था वे चले गए, डॉक्टर जी का यही view है। ...

तुम्हारा,  
बाबूलाल गोयन्का

00000000000000000000000000000000

## पूज्य गुरुजी का उत्तर

पड़ाव: बम्बई,  
20 फरवरी, 1971

बाबू भैया,

सादर वंदे !

आज तुम्हारे पुराने पत्रों का उत्तर लिखवा देना चाहता हूँ।

तुम्हारे 23 जनवरी के पत्र में तुमने पूज्य गुरु जी की अस्वस्थता, उनकी चिकित्सा और देहावसान के संबंध में जो विशद विवरण लिखा, वह पढ़कर बहुत-सी उत्सुकता मिटी। पूज्य गुरुदेव की अंत्येष्टि क्रिया को उनके गौरव के अनुरूप संपन्न कराने में तुमने परिवार की ओर से जो दान दिया, उसे पढ़कर मन साधुकार के भावों से भर उठा। सचमुच सारा काम

जिस गंभीरता और शालीनता से हुआ उसका विवरण पढ़कर मन बड़ा सुखी और संतुष्ट हुआ। यहां एक अपने अनुभव की बात तुम्हें लिख दूँ—21 जनवरी को दोपहर के 2:00 बजे लगभग 100 साधकों की वृहत परिषद के साथ जब मैं ध्यान में बैठा तो दाह क्रिया का अनुमान करते हुए बहुत देर तक मुझे ऐसा प्रतीत होता रहा कि जैसे मैं बहुत तेज आंच के पास बैठा हूँ। इतनी तेज आंच जिसे सहन करना भी कठिन हो, और 3 बजे के आसपास यह जानकर कि अब तो सब कुछ राख हो गया, जब मैंने मैली भावना का अभ्यास करना शुरू कराया तो तुरंत ही सारे शरीर में अपूर्व शांति का अनुभव होने लगा। ध्यान के अंत में दाह क्रिया का वर्णन निम्न दोहे से किया:—

चाम जली ज्यूं पापड़ी, घास जयां ही केश।

हाड़ जल्यो ज्यूं लाकड़ी, रही राखड़ी शेष ॥

और अब तुम्हारे वर्णन को पढ़ रहा हूँ तो सचमुच केवल राख ही शेष है।...

दूसरी एक अजीब बात यह हुई कि जिस प्रकार 20 और 21 को हमारे यहां अनवरत मेघ वर्षण होता रहा, उसी प्रकार 25-26 जनवरी को भी मेघ बरसता रहा जबकि वहां श्रद्धा-सुमन अर्पित किये जा रहे थे।

धर्म-क्षेत्र में इस कदर व्यस्त हो गया हूँ कि कोई साहित्यिक पुस्तक लिख सकने की उम्मीद नहीं रह गई। लेकिन फिर भी इस बात की गहरी कामना तो है ही कि बरमी रामायण के अतिरिक्त ब्रह्मदेश पर कोई एक अच्छी-सी पुस्तक लिखूँ। इस निमित्त वहां मैंने बर्मा संबंधी बहुत-सी पुस्तकें संगृहीत की हैं, पता नहीं वे भारत आ सकेंगी भी या नहीं। बर्मा के स्थानीय पत्रों में मेरे कई लेख छपे। उन सब को किसी रजिस्टर में हाथ से लिखवाया था। वह रजिस्टर तथा मेरी रचनाओं के अन्य रजिस्टर और एक्सरसाइज बुक आ पाए तो अच्छा ही हो। धर्म के संबंध में अनेक एक्सरसाइज बुक्स में नोट लिखे गए थे। वे भी अवश्य आनी चाहिए। जातक कथाओं पर कुछ नोट्स लिखे थे। वे भी आने चाहिए। उसके अतिरिक्त मैंने कभी शील, समाधि और प्रज्ञा पर पालि गाथाओं का संकलन किया था, वे भी कहीं किसी फाइल या फोल्डर या रजिस्टर में लिपिबद्ध होंगी। उनका आना भी आवश्यक है। जो कुछ सरलता से भेज सको और ला सको वह ले आना चाहिए। तुम्हारी सूची की बहुत-सी पुस्तकों पर टिक लगा कर भेज रहा हूँ। वे सब आनी चाहिए। शेष पुस्तकें और नोटबुक्स सी-मेल से आती रहें।

तुम्हारा अनुज  
सत्य नारायण गोयन्का

00000000000000000000000000000000

## नये उत्तरदायित्व आचार्य

1. श्री अशोक कर्ण, धम्मतराई विपश्यना केंद्र, बीरगंज, नेपाल के लिए केंद्र-आचार्य के रूप में सेवा
2. श्री मोती लाल एवं श्रीमती विष्णु माया खनाल. धम्मपराग विपश्यना केंद्र, दांग, नेपाल के लिए केंद्र-आचार्य के रूप में सेवा
3. श्री गोपाल प्रसाद एवं श्रीमती तारा पोखरेल, धम्मगाम विपश्यना केंद्र, नवालपराशी, नेपाल के लिए केंद्र-आचार्य के रूप में सेवा
4. श्री योगेन्द्रमणि तुलाधर, धम्मजननी विपश्यना केंद्र, लुबिनी, नेपाल के लिए केंद्र-आचार्य के रूप में सेवा

## वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्री जीतुभाई शाह, सुरत, गुजरात
2. श्री अनील जरीवाला, सुरत, गुजरात
3. सुश्री पूर्णिमा शाह, अंकलेश्वर

## अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री शिवाजी जाधव, धम्मपदेस, रत्नागिरि के केंद्र-आचार्य की सहायता
2. श्री नामदेव गेडाम, धम्मउत्कल, उड़ीसा के केंद्र-आचार्य की सहायता

## नव नियुक्त भिक्षु आचार्य

1. Ven. Bhikkhu Udayabhadra, Nepal

## नव नियुक्तियां सहायक आचार्य

1. श्रीमती मीना शाह, राजकोट, गुजरात
2. डा. किशोरकुमार लखानी, जेतपुर, गुजरात
3. श्री मोहनभाई सरवैया, भावनगर, गुजरात
4. श्री श्रीनिवास गुप्ता के. आर., पाण्डेचेरी, तमिलनाडु
5. डा. गुलशन राय माकन, जबलपुर, म.प्र.
6. श्री कर्सन पटेल, औरंगाबाद
7. श्री कुंदन जाधव, औरंगाबाद
8. श्री नारायण भराडे, औरंगाबाद
9. श्री आशीष बरुआ, जयपुर, राजस्थान
10. श्रीमती पुष्पा कोचर, मलकापुर, बुलडाणा
11. कु. मथुरा साहुकार, शिमोगा, कर्नाटक
12. श्री राम प्रसाद पाण्डे, नेपाल
13. श्री बिबेक डंगोल, नेपाल
14. Mr. Yong Li, China
15. Mrs. Li Ping Wang, China
16. Mr. Tan Kwank Liang, Singapore

000000000000000000000000000000

## अति महत्त्वपूर्ण सूचनाएं

1. सेंट्रल आईवीआर (इंटरैक्टिव वॉयस रिस्पॉन्स) संभाषण नंबर: 022-50505051 आवेदक इस नंबर पर अपने पंजीकृत मोबाइल नंबर (फॉर्म में उल्लिखित नंबर) से अपनी शिविर पंजीकरण स्थिति की जांच करने, रद्द करने, स्थानांतरित करने या किसी भी केंद्र पर बुक किए गए अपने आवेदन की पुष्टि करने के लिए कॉल कर सकते हैं। वे इस सिस्टम के जरिए केंद्र से संपर्क भी कर सकते हैं। यह भारत के सभी विपश्यना केंद्रों के लिए एक केंद्रीय संपर्क नंबर है।

2. यदि अकेंद्रीय (नान-सेंटर) भावी शिविरों के कार्यक्रम पत्रिका में प्रकाशन हेतु भेजना चाहते हैं तो कृपया अपने समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य (सीएटी) की सहमति-पत्र के साथ भेजें, जबकि स्थापित केंद्रों के कार्यक्रम केंद्रीय आचार्य (सीटी) की सहमति-पत्र के साथ आने चाहिए। इसके बिना हम कोई भी कार्यक्रम पत्रिका में प्रकाशित नहीं कर सकते हैं।

000000000000000000000000000000

## अन्य सूचनाएं

शिविरों में आवेदन के लिए साधक निम्न नई वेबसाइट का उपयोग कर सकते हैं:-

<https://schedule.vridhamma.org/>

000000000000000000000000000000

## ऑनलाइन भावी शिविर कार्यक्रम एवं आवेदन

सभी भावी शिविरों की जानकारी नेट पर उपलब्ध है। कोविड-19 के नये नियमानुसार सभी प्रकार की बुकिंग ऑनलाइन हो रही है। अतः आप लोगों से निवेदन है कि निम्न लिंक पर चेक करें और अपने उपयुक्त शिविर के लिए अथवा सेवा के लिए सीधे ऑनलाइन आवेदन करें:

<https://www.dhamma.org/en/schedules/schgiri>

कृपया अन्य केंद्रों के कार्यक्रमानुसार भी इसी प्रकार आवेदन करें,

जिनके विवरण कृपया निम्न लिंक पर खोजें:-

<https://www.dhamma.org/en-US/locations/directory#IN>

हिंदी वेबसाइट हेतु लिंक: [www.hindi.dhamma.org](http://www.hindi.dhamma.org)

000000000000000000000000000000

## भावी शिविर कार्यक्रम

जिन केंद्रों के 2021 के शिविर कार्यक्रम आये हैं, उन्हें ही इस महीने में प्रकाशित कर रहे हैं। कोविड-19 के सभी नियमों का पालन करना अनिवार्य है। सभी नियम फार्म के साथ इंटरनेट पर दिये गये हैं। फिर भी कोई नहीं देख पाये तो संबंधित केंद्रों से सीधे संपर्क कर सकते हैं।

आवश्यक सूचनाएं—

1- कृपया नियमावली मंगाकर पढ़ें और संबंधित व्यवस्थापक के पास आवेदन-पत्र भेजकर वहां से स्वीकृति-पत्र मंगा लें।

2- **एक दिवसीय, लघु / स्वयं शिविर:** केवल पुराने साधकों के लिए, जिन्होंने दस दिन का विपश्यना शिविर पूरा किया हो।

3- **सतिपट्टन शिविर:** कम से कम तीन शिविर किये साधकों के लिए, जो कि विगत एक वर्ष से नियमित और गंभीरतापूर्वक दैनिक अभ्यास करते हों। (लघु एवं सति. शिविर का समापन अंतिम तिथि की साथ होता है।)

4- **किशोरों का शिविर:** (15 वर्ष पूर्ण से 19 वर्ष पूर्ण) (कृपया किशोरों के शिविर के लिए बनाये हुये नये आवेदन-पत्र का उपयोग करें)

5- **दीर्घ शिविर - ∞ 20 दिवसीय शिविर:** पांच सामान्य शिविर, एक सतिपट्टन शिविर किये और एक दस-दिवसीय शिविर में सेवा दिये हुए साधकों के लिए, जो विगत दो वर्षों से नियमित दैनिक अभ्यास करते हों तथा विधि के प्रति अनन्यभाव से पूर्णतया समर्पित हों।

6- **30 दिवसीय शिविर:** जिन्होंने 20 दिवसीय शिविर किया हो तथा किसी एक शिविर में धर्मसेवा दी हो। (दीर्घ शिविरों के लिए 6 माह का अंतराल आवश्यक है।) (जहां 30 व 45 दिन के साथ होंगे, वहां आनापान-10 दिन की, और जहां केवल 45 दिन का वहां 15 दिन की होगी।)

7- **45 दिवसीय शिविर:** जिन्होंने दो 30 दिवसीय शिविर किये हों एवं धम्मसेवा दिये हों। **60 दिवसीय शिविर:** केवल सहायक आचार्यों के लिए जिन्होंने दो 45 दिवसीय शिविर किये हुए हैं।

8- **विशेष 10-दिवसीय शिविर:** पांच सामान्य शिविर, एक सतिपट्टन शिविर किये और एक दस-दिवसीय शिविर में सेवा दिये हुए साधकों के लिए, जो विगत दो वर्षों से नियमित दैनिक अभ्यास करते हों तथा विधि के प्रति अनन्यभाव से पूर्णतया समर्पित हों।

## 14 दिवसीय कृतज्ञता-शिविर / स्वयं शिविर

यह कृतज्ञता-शिविर “आचार्य स्वयं शिविर” का ही रूप है। शिविर का फार्मेट बिल्कुल वही रहेगा। पूज्य गुरुजी और माताजी अब नहीं रहे तो उनके प्रति तथा पूरी आचार्य परंपरा के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए इसी समय अधिक से अधिक लोग एक साथ तपेंगे, एक साथ आनापान, विपश्यना और मैत्री होगी तो सभी उनकी धर्मतरंगों के साथ समरस होकर परम सुख-लाभ ले पायेंगे - **सम्मगानं तपो सुखो**। प्रसन्नता की बात यह है कि फरवरी की इन्हीं तिथियों के बीच हिंदी तिथि के अनुसार पूज्य गुरुजी एवं माताजी की जन्म-तिथियां (जयंतियां) भी आती हैं। **शिविर की योग्यता**— इस दीर्घ शिविर में सम्मिलित होने के लिए केवल एक सतिपट्टन शिविर, धर्म के प्रचार-प्रसार में योगदान तथा स्थानीय आचार्य की संस्तुति आवश्यक होगी। **निश्चित तिथियां:** हर वर्ष 2 से 17 फरवरी।

स्थानीय साधकों को धर्मलाभ पहुँचाने के इच्छुक अन्य केंद्र भी चाहें तो इस गंभीर कृतज्ञता-शिविर को अपने यहां के कार्यक्रमों में सम्मिलित कर सकते हैं।

☞ दीर्घ शिविरों के लिए नये संशोधित आवेदन-पत्र का ही उपयोग करें। इसे धम्मगिरि अथवा अन्य दीर्घ शिविर के केंद्रों से प्राप्त कर सकते हैं। (उपरोक्त सभी शिविरों का आवेदन-पत्र एक समान है।)

इगतपुरी एवं महाराष्ट्र

धम्मगिरि : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

विपश्यना विश्व विद्यापीठ, इगतपुरी—422403, नाशिक, फोन: (02553) 244076, 244086, 244144, 244440 (केवल कार्यालय के समय अर्थात सुबह 10 बजे से सायं 5 बजे तक). फैक्स: 244176. Email: info@giri.dhamma.org, [बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं] दस-दिवसीय: 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 19 से 30-4, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 19 से 30-10, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 25-12-22 से 5-1-2023, ☞ सतिपट्टन: 21 से 29-1, 6 से 14-10, समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य तथा आचार्य सम्मेलन: 13-12-2022, सहायक आचार्य सम्मेलन: 14 से 16-12-2022, सहायक आचार्य कार्यशाला: 17 से 20-12-2022, प्रशिक्षक कार्यशाला: 21-12-2022, कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 13 से 24-7,

(गंभीर सूचनाएं— • कृपया ध्यान दें कि धम्मगिरि पर बिना बुकिंग कराए आने का प्रयास बिल्कुल न करें अन्यथा वापस भेजने पर शिविरार्थी को भी कष्ट होता है और हमें भी। • जहां केंद्र हैं, उस क्षेत्र के लोग वहां आवेदन करें। विशेष कारण के बिना धम्मगिरि पर उनके आवेदन नहीं लिए जायेंगे। • कृपया स्वीकृति-पत्र अपने साथ अवश्य लाएं। • यदि किसी कारण न आ पा रहे हों तो कृपया समय पर सूचना अवश्य दें।)

धम्मतपोवन-1 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

∞ दीर्घ-शिविर: 45-दिवसीय: 19-12 से 3-2-2022.

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

∞ दीर्घ-शिविर:

धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केन्द्र, एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोरार्ड खाड़ी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई— 400 091, फोन: +91 8291894650, टेली. (+09122) 50427518, Ext. No. (पुरुष कार्यालय)» 519

(50427519), (महिला कार्यालय)» 546 (50427546), (सुबह 11 से सायं 5 बजे तक); Website: www.pattana.dhamma.org, **दस-दिवसीय एकजीक्यूटिव शिविर:** 19 से 30-1, 26-2 से 9-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 3 से 14-5, 17 से 28-5, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 5 से 16-7, 19 से 30-7, 18 से 29-8, 31-8 से 11-9, 13 से 24-9, 28-9 to 9-10, 12 से 23-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, **सतिपट्टान:** 12 से 20-3, 1 से 9-8, 3-दिवसीय: 12 से 15-8, ∞ **कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय:** 2 से 23-2, Email: registration\_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/schedules/schpattana.shtml ; **विशेष सूचना:** "धम्मपत्तन" विपश्यना केंद्र में केवल 90 साधकों के लिए स्थान है। अतः सभी साधकों से नम्र निवेदन है कि जिन्हें शिविर के लिए स्वीकृति-पत्र दिया जाय, वे ही आयें और जिन्हें स्वीकृति नहीं दी जा सके, वे कृपया किसी प्रकार का आग्रह (दुराग्रह) न करें। • कृपया अपना आपात्कालीन फोन-संपर्क (भले पास-पड़ोस का) अवश्य लिखें।

org, **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 6 से 17-2, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 2 से 13-10, 6 से 17-11, 4 से 15-12, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 20-2 से 3-3, 20 से 31-3, 17 से 28-4, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 20-11 से 1-12, 18 से 29-12, **सतिपट्टान:** 4 से 12-9, 3-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 13 से 16-10, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 27 से 30-10, 2-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2 से 4-6, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 15 से 17-9, **किशोरों का शिविर:** 1 से 9-5, **किशोरियों का शिविर:** 15 से 23-5, 1-दिवसीय: हर माह दुसरे गुरुवार तथा चौथे रविवार प्रातः 8:30 से 4:30 तक, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) (लड़के) 10 से 11-5, (लड़कियां) 13 से 14-5, # बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) हर माह प्रथम तथा तिसरे रविवार (प्रातः 8 से दोपहर 2.30 तक)

### दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)

#### विशेष 10-दिवसीय

24-1 से 4-2-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
18-2 से 1-3-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
10 से 21-3-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
6 से 17-4-2022	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
10 से 21-4-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
15 से 26-4-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
1 से 12-6-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
19 से 30-6-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
25-6 से 6-7-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
13 से 24-7-2022	धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
14 से 25-7-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
19 से 30-7-2022	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
2 से 13-8-2022	धम्मअजय - चंद्रपुर (महाराष्ट्र)
9 से 20-8-2022	धम्मभण्डार - भंडारा (महाराष्ट्र)
16 से 27-8-2022	धम्ममल्ल - यवतमाल (महाराष्ट्र)
20 से 31-8-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
20 से 31-8-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
29-8 से 9-9-2022	धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात
6 से 17-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
9 से 20-10-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
11 से 22-10-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
12 से 23-10-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
12 से 23-11-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
20-11 से 1-12-2022	धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)
14 से 25-12-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
20 से 31-12-2022	धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
28-12 से 8-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 8-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 10-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

#### कृतज्ञता शिविर

2 से 17-2-2022	धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 से 17-2-2022	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
2 से 17-02-2022	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
2 से 17-02-2022	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
2 से 17-2-2022	धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
2 से 17-2-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
2 से 17-2-2022	धम्म मधुरा - मदुराई (तमिलनाडु)
2 से 17-2-2022	धम्म नागाज्जुन -2 नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
2 से 17-2-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
2 से 17-2-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
2 से 17-2-2022	धम्मपाटलिपुत्र - पटना (बिहार)
2 से 17-2-2022	धम्मअनाकुल - खापरखेड़ा फाटा, तेलहारा (अकोला)
26-1 से 10-2-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
1 से 16-2-2023	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
2 से 17-2-2023	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)

#### 20-दिवसीय

2 से 23-2-2022	धम्मपत्तन - गोर्दाईंग, मुंबई
2 से 23-2-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
2 से 23-2-2022	धम्मपुल्ल - अलूर, बंगलूरू (कर्नाटक)
6 से 27-2-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
23-2 से 16-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
1 से 22-3-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
19-4 से 10-5-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
4 से 25-5-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

**ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोर्दाई में एक दिवसीय शिविर : प्रतिदिन— सुबह 11 बजे से सायं 4 बजे तक, (पगोडा के डोम में होता है, ताकि साधकों को भगवान बुद्ध की पावन धातुओं के सान्निध्य में तपने का सुयोग प्राप्त हो।) तथा मेगा कोर्सेज (महाशिविरों) की तिथियों के लिए पत्रिका के अंतिम पृष्ठ पर देखें।**  
**संपर्क:** Email: info@globalpagoda.org; फोन: 022-28452235. कृपया अपने साथ पीने के पानी की बोतल अवश्य लाएं। पीने का पानी बड़ी बोतल (20 लीटर) में उपलब्ध रहेगा। उसमें से अपनी बोतल भर कर अपने पास रख सकते हैं।

#### आगंतुकों के लिए लघु आनापान शिविर

ग्लोबल पगोडा में प्रतिदिन 11 से 4 बजे के बीच पंद्रह-बीस मिनट का अंग्रेजी/हिंदी में लघु आनापान प्रशिक्षण-सत्र चलता रहता है। ताकि सभी लोगों को धर्म-लाभ मिल सके। भाग लेने वाले को पूरे प्रशिक्षण-सत्र में बैठना अनिवार्य है।

#### धम्मविपुल : बेलापुर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 ए; सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलापुर, (पारसीक हिल, सीवुड द्वारा रेलवे स्टेशन के नजदीक हरबर लार्डन) नवी मुंबई 400 614. **संपर्क:** फोन: 022-27522277, 27522404/03 (सुबह 11 बजे से सायं 5 बजे तक). Email: dhammavipula@gmail.com, बुकिंग केवल ऑनलाइन: http://www.vipula.dhamma.org/  
**दस-दिवसीय:** 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 21-12 से 1-1-23, 3-दिवसीय: 9 से 12-12, 1-दिवसीय: हर रविवार, सामू, साधना: हर रोज प्रातः 9 से रात 9 तक, (साधक अपने समयानुसार आकर ध्यान कर सकते हैं);

● कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय: 2022» 16-1 से 6-2,

#### धम्मवाहिनी : टिटवाला

**मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र,** गांव हंटे, टिटवाला (पूर्व) कल्याण, जि. ठाणे. Website www.vahini.dhamma.org, रजिस्ट्रेशन केवल online; Email: vahini.dhamma@gmail.com, **संपर्क:** मोबाईल: 97730-69978, 9004620434. केवल कार्यालय के दिन- 12 से सायं 6 तक. **दस-दिवसीय:** 22-1 से 2-2, 5 से 16-2, 19-2 से 2-3, 5 से 16-3, 19 से 30-3, 2 से 13-4, 16 से 27-4, 30-4 से 11-5, 14 से 25-5, 28-5 से 8-6, 25-6 से 6-7, 9 से 20-7, 23-7 से 3-8, 6 से 17-8, 3 से 14-9, 17 से 28-9, 1 से 12-10, **सतिपट्टान:** 11 से 19-6,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20 से 31-8, 20-दिवसीय: 27-10 से 17-11, 30-दिवसीय: 20-11 से 21-12, 45-दिवसीय: 20-11 से 5-1-2023,

#### धम्मसरिता : खडावली (ठाणे) म. रं.

**धम्मसरिता विपश्यना केंद्र,** जीवन संस्था मंगल संस्थान, मातोश्री वृद्धाश्रम, सौरागर, पोस्ट पडघा, ता. भिवंडी, जि. ठाणे-421101 online registration www.sarita.dhamma.org registration Email: dhamma.sarita@gmail.com, info@sarita.dhamma.org, **संपर्क:** मोबा. 91- 77983-24659, 77983-25086, **संपर्क:** 25008868/25011096/25162505, **दस-दिवसीय:** 29-12 से 9-1, 12 से 23-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 30-3 से 10-4, 13 से 24-4, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 2-दिवसीय: 27 से 30-4, 3-दिवसीय: 25 से 27-1, **किशोरियों का शिविर:** 3 से 11-5, **किशोरों का शिविर:** 14 से 22-5, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़के) 25 से 26-5, (केवल लड़कियां) 28 से 29-5,

#### धम्मवाटिका : पालघर

**पालघर विपश्यना केंद्र,** गट नं. 198-2/ए, अल्याली क्रिकेट ग्राउंड के पीछे, अल्याली, पालघर-401404, **संपर्क:** 1) 9637101154, 2) श्री इराणी, मो. 9270888840, Email: info@vatika.dhamma.org, Website: vatika.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 13 से 24-2, 26-2 से 9-3, 9 से 20-4, 6 से 17-5, 21-5 से 1-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 6 से 17-8, 19 से 30-9, 8 से 19-10, 29-10 से 9-11, 26-11 से 7-12, 24-12 से 4-1-23 (केवल महिलाएं) 29-1 से 9-2, 23-4 से 4-5, 8 से 19-6, 5 से 16-9, 12 से 23-11, 10 से 21-12, **सतिपट्टान:** (केवल पुरुष) 21 से 29-3, 21 से 29-8, 3-दिवसीय: (केवल पुरुष) 23 से 26-1, 11 से 14-3,

#### धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)

**पुणे विपश्यना केंद्र,** (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) मरकल गांव के पास, आलंदी से 8 कि.मी. **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 12 से 23-2, 12 से 23-3, 9 से 20-4, 14 से 25-5, 11 से 22-6, 9 से 20-7, 13 से 24-8, 10 से 21-9, 8 से 19-10, 12 से 23-11, 10 से 21-12, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 23-4 से 4-5, 28-5 से 8-6, 25-6 से 6-7, 23-7 से 3-8, 27-8 से 7-9, 24-9 से 5-10, 26-11 से 7-12, 24-12 से 4-1, **सतिपट्टान:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 29-10 से 6-11, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 26-2 से 6-3, 3-दिवसीय: 3 से 6-2, 5 से 8-5, 4 से 7-8, 20 से 23-10, **संपर्क:** पुणे विपश्यना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; टेली-फैक्स: 24464243.

#### धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वारगेट)

**पुणे विपश्यना समिति,** नेहरू स्टेडियम के सामने, स्वारगेट वॉटर वर्क्स के पीछे, आनंद मंगल कार्यालय के पास, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.

4 से 25-5-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
1 से 22-6-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
10 से 31-7-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
17-7 से 7-8-2022	धम्मकानन - बालाघाट (म.प्र.)
1 से 22-8-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
1 से 22-8-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
3 से 24-8-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
8 से 29-9-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
8 से 29-9-2022	धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
13-8 से 3-9-2022	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
16-8 से 6-9-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
19-8 से 9-9-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
9 से 30-9-2022	धम्मगाढ़ - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
6 से 27-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
27-10 से 17-11-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
28-10 से 17-11-2022	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
28-10 से 18-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
1 से 22-12-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
4 से 25-12-2022	धम्मलक्षण - लखनऊ (उ.प्र.)
28-12 से 18-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 18-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 20-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

**30-दिवसीय**

30-1 से 2-3-2022	धम्मकेतु - दुर्गा (छत्तीसगढ़)
2-2 से 5-3-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
6-2 से 9-3-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
9-2 से 12-3-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
23-2 से 26-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
27-2 से 30-3-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 से 31-3-2022	धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
4-5 से 4-6-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
4-5 से 4-6-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
28-5 से 28-6-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
1-6 से 2-7-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
10-7 से 10-8-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
16-7 से 16-8-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
1-8 से 1-9-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
3-8 से 3-9-2022	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
16-8 से 16-9-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
28-8 से 28-9-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
7-9 से 8-10-2-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-9 से 9-10-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
26-10 से 26-11-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
28-10 से 28-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
30-10 से 30-11-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
5-11 से 6-12-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
20-11 से 21-12-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
28-12 से 28-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 28-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 30-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

**45-दिवसीय**

1-1 से 16-2-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
6-2 से 24-3-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
9-2 से 27-3-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
23-2 से 10-4-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
27-2 से 14-4-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 से 15-4-2022	धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
1-6 से 17-7-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
16-8 से 1-10-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
7-9 से 23-10-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
15-10 से 30-11-2022	धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
26-10 से 11-12-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
27-10 से 12-12-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
5-11 से 21-12-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)

20-11 से 5-1-2023	धम्मवाहिनी - टिटवाला
14-12-22 से 29-1-2023	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
1-1-2-22 से 16-2-2-23	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
31-5-2024 से 15-7-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

**धम्मअजन्ता : औरंगाबाद (महाराष्ट्र)**

अजन्ता अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना समिति, गट नं. 45 रामपुरी, वैजापुर रोड, औरंगाबाद-431003. संपर्क: फोन: (0240) 2040444, मोबाइल: 94222-11344, 99218-17430. Email: info@dhammaa-janta.org; दस-दिवसीय: 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, ० सतिपट्टान: 4 से 12-4, 2-दिवसीय: 15 से 17-4, किशोरों का शिविर: 16 से 24-5,

**धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)**

खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडरगांव जलशुद्धिकरण केंद्र के पास, मु. पो. तिखी, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) (केंद्र जाने के लिए "पाच कंदील" के पास "शेरे पंजाब लॉज" पहुंचें। वहां से तिखी गांव के लिए ऑटोरिक्शा मिलते हैं।) दस-दिवसीय: 20-2 से 3-3, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 8 से 19-5, 22-5 से 2-6, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 14 से 25-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, ० सतिपट्टान: 20 से 29-3, 19 से 28-6, 31-7 से 9-8, 18 से 27-12, 2022» 28 से 30-1, 4 से 6-5, 27 से 29-8, 2 से 4-10, # 1-दिवसीय बाल-शिविर: 1-5, 21-10, 29-12. 30-12, कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 28-10 से 17-11, संपर्क: डॉ. देवरे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

**धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर**

धम्मसिद्धपुरी विपश्यना केंद्र, ऑफ विजापुर रोड, भाटेगाव के पास, सोरेगाव - डोंगगाव का रास्ता, सोरेगाव से 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, जिला. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, संपर्क: 1) श्री सम्राट पाटील, मोबा. 7620592920, 9011908000, 2) श्री भालचंद्र उकरदे, मोबा. 9860759866, दस-दिवसीय: (केवल पुरुष)» 16 से 27-2, 2-3 से 13-3, 30-3 से 10-4, 1 से 12-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 28-9 से 9-10, 16 से 27-11, 30-11 से 10-12, 28-12 से 8-1-2023, (केवल महिला)» 2 से 13-2, 16 से 27-3, 13 से 24-4, 15 से 26-6, 3 से 14-8, 14 से 25-9, 2 से 13-11, 14 से 25-12, ० सतिपट्टान: 26-4 से 4-5, 12 से 20-10, 3-दिवसीय: 27 से 30-1, 28 से 31-7, 2-दिवसीय: 6 से 8-5, 28 से 30-10, किशोरियों का शिविर: 10 से 18-5, किशोरों का शिविर: 21 से 29-5,

**धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)**

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केन्द्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनगले (रिलेवे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, दस-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 16 से 27-1, 19-2 से 2-3, 6 से 17-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, (1 से 12-5 केवल महिलाओं के लिए), 20 से 31-5, 3 से 14-6, 17 से 28-6, 1 से 12-7, 15 से 26-7, 29-7 से 9-8, 6 से 17-10, 28-10 से 8-11, 12-11 से 23-11, 26-11 से 7-12, 10 से 21-12, ० सतिपट्टान: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 22 से 31-3, 3 से 12-7, 8 से 17-10, 3-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 14 से 17-5, 19 से 22-10, 26 से 29-12,

∞ कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 16-8 से 6-9, 30-दिवसीय: 16-8 से 16-9, 45-दिवसीय: 16-8 से 1-10,

**धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)**

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहुरझरी गांव, नागपुर-कलमेश्वर रोड के पास. Email: info@naga.dhamma.org, संपर्क: मोबाइल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) दस-दिवसीय: 18 से 29-1, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 20-4 से 1-5, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, ० सतिपट्टान: 27-5 से 4-6, 24-12 से 1-1-2023, 3-दिवसीय: 17 से 20-3, 19 से 22-12, 1-दिवसीय: 16-5, किशोरियों का शिविर: 3 से 11-5, किशोरों का शिविर: 18 से 26-5, सहायक आचार्य कार्यशाला: 9 से 13-3,

कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 6 से 17-4, संपर्क: सचिव, कल्याणमित्र चैरिटेबल ट्रस्ट, अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धन्तोली, नागपुर-440012. फोन: 0712- 2458686, 2420261. (सभी पत्र-व्यवहार इसी पते पर करें।)

**धम्मसुगति : सुगतनगर (नागपुर)**

विपश्यना साधना केंद्र, सुगतनगर, नागपुर-14, फोन नं. (0712)2630115. दस-दिवसीय: (केवल पुरुष)» 2- से 13-3, (महिला एवं पुरुष)» 1 से 12-6, 6 से 17-7, 3 से 14-10, 20 से 31-12, (केवल महिला)» 2 से 13-2, 3 से 14-8, 20 से 31-8, 3 से 14-9, 19 से 30-9, (केवल भिक्षु)» 2 से 13-11, ० सतिपट्टान: 23 से 31-7, 7 से 15-12, 3-दिवसीय: 25 से 28-2, 26 से 29-3, 24 से 27-11, किशोरों का शिविर: 4 से 11-5, किशोरियों का शिविर: 21 से 29-5, 1-दिवसीय: 23-1, 30-1, 20-3, 12-6, 13-11, 18-12, # 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़कियां 12 से 15 वर्ष)» 23 से 26-6, (केवल लड़के 12 से 15 वर्ष)» 28 से 31-10, # बाल-शिविर: (केवल लड़के 8 से 12 वर्ष)» 24-4, (केवल लड़कियां 8 से 12 वर्ष)» 15-5, (लड़के लड़कियां 8 से 12 वर्ष)» 17-7, सामू. साधना: 14-4, 14-10, 6-12, हर रविवार प्रातः 8 से 9; # बाल आनापान: हर रविवार प्रातः 8 से 8:45, आनापान सामू. साधना: हर रोज सायं. 6 से 7, संपर्क: 1) श्री सुखदेव नारनकरे, मोबा. 9422129229, 8999247556, 2) श्री कमलेशा चाहन्दे, मोबा. 9373104305, 9028688558,

**धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)**

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिंपलगांव बायपास, यवतमाल - 445001, दस-दिवसीय: (महिला एवं पुरुष)» 28-12 से 8-1, 14 से 25-1, 19-2 से 2-3, 4 से 15-3, 1 से 12-4,

19 से 30-4, 2 से 13-5, (केवल भिक्षु एवं पुरुष 29-6 से 10-7), 18 से 29-7, (केवल भिक्षुणी एवं महिलाएं 2 से 13-8), 10 से 21-9, 7 से 18-10, 5 से 16-11, 21-11 से 2-12, 7 से 18-12, **सतिपट्टानः** (भिक्षु एवं पुरुष) 18 से 26-5, (भिक्षुणी एवं महिलाएं) 23 से 31-10, **3-दिवसीयः** 17 से 20-3, 23 से 26-6, **किशोरों का शिविरः** 6 से 14-6, **1-दिवसीयः** 31-1, 27-3, 17-4, 16-5, 17-6, 13-7, 28-8, 21-9, 20-11, 25-12, # **बाल-शिविरः** (केवल लड़के) 28 से 29-5, (केवल लड़कियां) 18 से 19-6, (मित्त उपक्रम के साथ 17-7), 14-8, 25-9, 4-12,

**कृतज्ञता-शिविरः** 2 से 17-2,

∞ **दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः** 16 से 27-8, **संपर्कः** 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475, 3) देवेन्द्र मेश्राम 9822235527.

**संतुक-पिंपरी (हिंदीगोली): स्थानः** संतुक-पिंपरी डा. बगडीया फार्म हाऊस, **संपर्कः** मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, **दस-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 20-2 से 3-3, 2 से 13-4, 1 से 12-5, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 4 से 15-9, 20 से 13-10, 13 से 24-11, 18 से 29-12, (केवल महिला) 23-1 से 3-2, 6 से 17-3, 17 से 28-4, 17 से 28-5, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 30-10 से 9-11, 4 से 15-12, **संपर्कः** डा. संग्राम जॉधके, मोबा. 9422189318, श्री हनमंते साहेब, मोबा. 9422660954, श्री. संभाजी राजत, मोबा. 8805993640,

#### धम्म अमरावती : लुंबिनी, मोगरा

**विपश्यना केंद्र, लुंबिनी मोगरा, पो. भानखेडा, ता. जि. अमरावती संपर्कः** 1) श्री किशोर देशमुख मोबा. 9370585203, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, 2) श्री धम्मदीप गवई: 7066126154, **दस-दिवसीयः** (पुरुष तथा महिला) 18-2 से 1-3, 23-3 से 3-4, 22-6 से 3-7, 17 से 28-8, 14 से 25-9, 7 से 18-10, 14 से 25-12, **सतिपट्टानः** 9 से 17-11, **1-दिवसीयः** 23-1, 1-3, 3-4, 3-7, 28-8, 25-9, 18-10, 25-12, **धम्मसम्मेलनः** 17-4, **धम्मसेवक कार्यशालाः** 8-5

**चित्तकी (वर्धा): धम्मकुटी विपश्यना केंद्र, चिटकी, पुलागाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, दस-दिवसीयः** 6 से 17-11, 7 से 18-12, **संपर्कः** श्री खंडारे, फोन: 07158-284372, मोबा. 9028494401, श्री भेले, मोबा. 9834603076,

**तुमसर (भंडारा): दस-दिवसीयः** 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 30-11 से 11-12, 20 से 31-12, # **बाल-शिविरः** 30-1, 6-3, 3-4, 9-11, 11-12, **स्थानः** बुद्धविहार अण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, **संपर्कः** 1) श्री डोंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चौर, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडारे, मोबा. 096236-68240,

**रोहणागांव (पवनी, भंडारा): दस-दिवसीयः** (9 से 20-3 केवल भिक्षु) 30 से 10-4, 11 से 22-5, 1 से 12-6, 6 से 17-7, 10 से 21-8, 19 से 30-10, 9 से 20-11, 7 से 18-12, **सतिपट्टानः** 12 से 20-2, 17 से 25-9, **3-दिवसीयः** 7 से 10-2, 27 से 30-4, 12 से 15-9, **स्थानः** विसुधम्मगो विपसना चैरिटेबल ट्रस्ट, द्यारा संचालित - धम्मपवन विपश्यना केंद्र, रोहणा गांव (पवनी) जि. भंडारा, **संपर्कः** 1) श्री शैलेश कांबळे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेके, मोबा. 9223349183,

#### धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

**विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेलवे लाइन के पास, सहकार नगर, भंडारा 441904, दस-दिवसीयः** 1 से 12-2, 1 से 12-3, 19 से 30-7, 6 से 17-9, 11 से 22-10, 15 से 26-11, 7 से 18-12, **सतिपट्टानः** 3 से 11-11, **3-दिवसीयः** 17 से 23-3, **2-दिवसीयः** 18 से 20-2, **1-दिवसीयः** 30-1, 24-4, 16-5, 19-6, 21-8, 25-9, 27-11, 18-12, # **2-दिवसीय बाल-शिविरः** 1 से 2-5, # **1-दिवसीय बाल-शिविरः** 27-2, 26-4, 10-5, 24-5, 14-6, 28-6, 31-7, 25-8, 9-10, 25-12, **धम्मसम्मेलनः** 13-2,

∞ **दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः** 9 से 20-8, **संपर्कः** सलूजा, 09423673572, चौर, 9890441071, विनोद, 9422833002,

#### धम्म निरंजन : नांदेड

**विपश्यना साधना केंद्र, नई डंकीण (गोदावरी नदी के किनारे) नांदेड, संपर्कः** 1) श्री दहिबेले, मोबाइल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दस-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 19 से 30-1, 16 से 27-2, 16 से 27-3, 30-3 से 10-4, 6 से 17-7, 31-8 से 11-9, 5 से 16-10, 14 से 25-12, (पुरुष एवं महिलाएं) 14 से 25-9, 30-11 से 11-12) (केवल महिलाएं) 2 से 13-2, 2 से 13-3, 15 से 26-6, 17 से 28-8, 16 से 27-11, **सतिपट्टानः** 1 से 9-1, 30-7 से 7-8,

#### धम्म वसुधा : हिवरा, वर्धा

**विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट झडशी, ता. सेलु, जि. वर्धा, Email: dhammasvasudha@gmail.com 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. मोबा. दस-दिवसीयः** 7 से 18-10, 9 से 20-11, 30-11 से 11-12, **सतिपट्टानः** 5 से 13-3, **1-दिवसीयः** 16-5, 13-7, 29-9, **संपर्कः** 1) श्री बांते, 9326732550, 9326732547. 2) श्री काटवे, मोबा. 9890309738.

#### धम्मअनाकुल : खापरखेड़ा फाटा, तेलहारा (अकोला)

**विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेड़ा फाटा, तेलहारा-444108 जि. अकोला Email: info.anakula@vridhamma.org, Website: www.anakula.dhamma.org, मोबा. 9421156138, 9881204125, 9421833060, ऑनलाइन बुकिंग: https://www.dhamma.org/en/schedules/v2/schanakula#normal, Email: info.anakula@vridhamma.org दस-दिवसीयः** (पुरुष तथा महिला) 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 5 से 16-5, 15 से 26-6, (29-6 से 10-7 केवल भिक्षु), 13 से 24-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 18 से 29-9, 11 से 22-10, 27-10 से 7-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 20 से 31-12, **सतिपट्टानः** 20 से 28-4, 1 से 9-10, **3-दिवसीयः** 26 से 29-1, 28 से 31-7, **2-दिवसीयः** 19 से 21-2, 1 से 3-5, 13 से 15-9, **1-दिवसीयः** 23-1, 20-3, 17-4, 16-5, 26-6, 14-8, 29-9, 22-10, 4-12, 31-12, **किशोरों का शिविरः** 1 से 9-6, **किशोरियों का शिविरः** 21 से 29-5, #1 **दिवसीय बाल शिविर** 6-3, 24-7, 28-8, 20-11, 18-12, **कृतज्ञता-शिविरः** 2 से 17-2, **संपर्कः** 1) विपश्यना चैरिटेबल ट्रस्ट, शेगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

**कोटंबा (रवतमाळ): दस-दिवसीयः** (पुरुष तथा महिला) 2 से 13-1, 20 से 31-3, 17 से 28-4, 4 से 15-5, 20 से 31-5, 3 से 14-6, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 13 से 24-8, 11 से 22-9, 10 से 21-10,

28-10 से 8-11, 11 से 22-12, **सतिपट्टानः** (पुरुष तथा महिला) 6 से 14-2, **1-दिवसीयः** हर रविवार सुबह 8 से 3 तक **संपर्कः** धम्मभूमि विपश्यना चैरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाळ-445001. मोबा. 9822896453, 9067788418, 9421775372, 9890429314, 9175622575,

**मलकापुरः (अकोला) दस-दिवसीयः** (केवल महिलाएं) 26-1 से 6-2, 2 से 13-3, 2 से 13-6, 24-11 से 5-12, (केवल पुरुष) 9 से 20-2, 4 से 15-5, **सतिपट्टानः** (केवल महिलाएं) 13 से 21-8, **3-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 10 से 13-11, **स्थानः** भदन्त आनंद निवास, राजरतन कॉलनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001, मोबा. 9421937014, **संपर्कः** 1) श्री तायडे, मोबा. 9421794874, 2) श्री आठवले, मोबा. 9404092468.

**पातुरः (अकोला) विपश्यना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातुर जि. अकोला - 444501, दस-दिवसीयः** (केवल महिलाएं) 17 से 28-2, 25-3 से 5-4, 19 से 30-5, 19 से 30-7, 22-9 से 3-10, 22-12 से 2-1, (केवल पुरुष) 6 से 17-3, 19 से 30-4, 21-6 से 2-7, 10 से 21-10, **सतिपट्टानः** (केवल पुरुष) 25-8 से 2-9, (केवल महिलाएं) 9 से 17-12, (केवल भिक्षु) 15 से 23-11, **संपर्कः** 1) श्री. जगन्नाथ गवई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

#### धम्मजलगांव : जलगांव

**विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैती हिल्स अजिंठा रोड, उमाळा गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, संपर्कः** श्री सुभाष तलरजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, **संपर्कः** 7588436222, 8421532276. **दस-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 2 से 13-1, 6 से 17-2, 4 से 15-3, 3 से 14-4, 1 से 12-5, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 4 से 15-9, 2 से 13-10, 6 से 17-11, 4 से 15-12, (केवल महिला) 16 से 27-1, 20-2 से 3-3, 20 से 31-3, 17 से 28-4, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 20-11 से 1-12, 18 से 29-12, **सतिपट्टानः** (केवल महिला) 28-1 से 4-2, (केवल पुरुष) 27 से 22-10, **3-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 27 से 30-10, (केवल महिला) 28 से 31-7,

#### धम्मअजय : चंद्रपुर (महाराष्ट्र)

**विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम - अजयपुर, पो. चिचपल्ली, मुल रोड, चंद्रपुर, Online Registration :- Website :- www.ajaya.dhamma.org, Email: dhammaajaya@gmail.com, संपर्कः** 1) श्री. बाबुराव शिंदे मोबा. 9422572216, 2) मिलींद घरडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वार्ड, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, **दस-दिवसीयः** 10 से 21-1, 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 24-2 से 7-3, (केवल भिक्षु 12 से 23-3) 30-3 से 10-4, 5 से 16-5, 20 से 31-5, 16 से 27-6, 2 से 13-7, 18 से 29-7, 22-8 से 2-9, 6 से 17-9, 3 से 14-10, 20 से 31-10, 5 से 16-11, 21-11 से 2-12, 7 से 18-12, 22-12 से 2-1, **सतिपट्टानः** 15 से 23-4, 20 से 28-9, **किशोरियों का शिविरः** 4 से 12-6, **2-दिवसीयः** 15 से 17-8, **धम्मसेवक कार्यशालाः** 27-3, # **बाल-शिविरः** (केवल लड़के उम्र 8 से 12 वर्ष) 28 से 30-4, (केवल लड़कियां उम्र 8 से 12 वर्ष) 1 से 3-5, **1-दिवसीय मेघाः** 9-1, 16-5, 13-7, 29-9, **1-दिवसीयः** 20-2, 24-4, 16-10, 4-12, ∞ **दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः** 2 से 13-8,

#### धम्मपदेश : पाली (रत्नागिरी)

**कौकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pages.dhamma.org, दस-दिवसीयः** ..... **सतिपट्टानः संपर्कः** 1. श्री संतोष आयर 1) 9975434754 / 9960503598

**महाडः दस-दिवसीयः 1-दिवसीयः हर माह** पहले रविवार प्रातः 10 बजे से दोपहर 3 बजे तक, # **बाल शिविरः** हर माह तीसरे रविवार प्रातः 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक, **स्थानः** डा. बाबासाहेब आंबेडकर मेमोरियल हॉल, विपश्यना शिवाजी चौक, कोटेश्वरी तले, महाड-402301, जिला: रायगड, **संपर्कः** (020) 24436250, Email: info@punna.dhamma.org, मोबा: 7719070011.

#### धम्मदेस : चिंचोली, हिंदीगोली

**धम्मदेस विपश्यना केंद्र, चिंचोली, ता. हिंदीगोली, जि. हिंदीगोली, संपर्कः** मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, **दस-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 20-2 से 3-3, 2 से 13-4, 1 से 12-5, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 4 से 15-9, 20 से 13-10, 13 से 24-11, 18 से 29-12, (केवल महिला) 23-1 से 3-2, 6 से 17-3, 17 से 28-4, 17 से 28-5, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 30-10 से 9-11, 4 से 15-12,

#### धम्मसुगन्ध : भोसे (सांगली)

**सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्लमा मंदीर के पास, खामकरवाडी, भोसे -416420, ता. मिरज, जि. सांगली, Email: info@sugandha.dhamma.org, फोन: 9422410436, 9403841943, online registration www.dhamma.org/en/schedules/schsugandha, संपर्कः** 1) डॉ. अमीत पाटिल, मोबा. 9222161236, 2) श्री संजय चौगुले, मोबा. 7249711008, **दस-दिवसीयः** (केवल पुरुष) 2-दिवसीयः (1-दिवसीयः हर माह पहले रविवार, **स्थानः** निशिधी मालवाडी, पो. भिलवाडी, ता. पलस, जिला:- सांगली) (1-दिवसीयः हर माह दूसरे रविवार # **बाल-शिविरः** हर माह तीसरे रविवार (8 से 15 वर्ष) सुबह 9 से दोपहर 3 तक **स्थानः** मानव रहत ट्रस्ट, तीसरी मंजिल, सिविल हास्पिटल के पास, सांगली)

#### जयपुर एवं पूर्वोत्तर भारत

#### धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

**राजस्थान विपश्यना केंद्र, पो.बॉ. 208, जयपुर-302001, पंजीकरण संपर्कः** मोबा. 0-99301-17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, **दस-दिवसीयः** 18 से 29-1, 27-3 से 7-4, 10 से 21-4, 24-4 से 5-5, 8 से 19-5, 22-5 से 2-6, 5 से 16-6, 19 से 30-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 13 से 24-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 30-11 से 11-12, 22-12 से 2-1-2023, **सतिपट्टानः** 29-3 से 6-4, 7 से 15-6, 19 से 27-7, 12 से 20-12, **धम्मसेवक कार्यशालाः** 30-1, ∞ **दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः** 10 से 21-4, 19 से 30-6, 9 से 20-10, **20-दिवसीयः** 6 से 27-2, 28-10 से 18-11, **30-दिवसीयः** 6-2 से 9-3, 28-10 से 28-11, **45-दिवसीयः** 6-2 से 24-3,

**धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)**

विपश्यना केन्द्र, ग्रामरेवत (केडेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, दस-दिवसीय: 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 7-3, 20 से 31-3, 2 से 13-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 12 से 23-6, 25-6 से 6-7, 1 से 12-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12,  $\diamond$  सतिपट्टान: 9 से 17-3, 12 से 20-10, 13 से 21-12, किशोरों का शिविर: 1 से 9-6, # बाल शिविर 2-दिवसीय: 15 से 17-4, 13 से 15-8,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20 से 31-8, 20-दिवसीय: 10 से 31-7, 24-12 से 14-1-2023, 30-दिवसीय: 10-7 से 10-8, 24-12 से 24-1-2023, संपर्क: 1) श्री रवि तोषणीवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com, 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 098290 28275. Email: corporate@toshcon.com, फैक्स: 0145-2787131.

**धम्ममरुहर : जोधपुर (राजस्थान)**

विपश्यना साधना केन्द्र, लहरिया रिसोर्ट के पीछे, अध्यात्म विज्ञान सस्तगा केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org. दस-दिवसीय: 30-1 से 10-2, 14 से 25-2, 21-3 से 1-4, 13 से 24-4, 28-4 से 9-5, 21-6 से 2-7, 5 से 16-7, 19 से 30-7, 2 से 14-8, 31-8 से 11-9, 23-9 से 4-10, 19 से 22-10, 28-10 से 8-11, 11 से 22-11, 25-11 से 6-12,  $\diamond$  सतिपट्टान: 9 से 17-3, 28-5 से 5-6, 8 से 16-10, 23 से 31-12, 3-दिवसीय: 2 से 5-3, 4 से 7-4, 9 से 12-12, किशोरों का शिविर: 10 से 18-6, किशोरियों का शिविर: 19 से 27-8, # बाल शिविर 2-दिवसीय: (लड़के, लड़कियां) 16 से 18-9, संपर्क: 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लीक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: Whatsapp No. 9887099049, 8233013020.

**धम्मपुब्बज, चूरू (राजस्थान)**

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चूरू से 6 कि.मी.) चूरू (राजस्थान): फोन: 9664481738, संपर्क: 1) श्री एस. पी शर्मा, Email: dhammapubbaja@gmail.com, info@pubbaja.dhamma.org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoo.com; (मोबा. 94131-57056, 9887099049, Whatsapp Only) दस-दिवसीय: 22-2 से 5-3, 9 से 20-3, 24-3 से 4-4, 7 से 18-4, 27-5 से 7-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20-7 से 31-7, 3 से 14-8, 9 से 20-9, 5 से 16-10, 26-10 से 6-11, 11 से 22-11, 25-11 से 6-12,  $\diamond$  सतिपट्टान: 29-4 से 7-5, 19 से 27-8, 3-दिवसीय: 26 से 29-1, 21 से 24-4, 23 से 26-9, 19 से 22-10, 9 से 12-12, किशोरों का शिविर: 10 से 18-6, 1-दिवसीय: 8-5, # बाल शिविर 2-दिवसीय: (13 से 16 वर्ष लड़के) 2 से 4-9, (13 से 16 वर्ष केवल लड़कियां) 30-9 से 2-10,

कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20 से 31-12,

**धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्नोद पुलिस थाना के पास), पो. सोहना, बल्लभगढ़-सोहना रोड, (सोहना से 12 कि.मी.), जिला- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (बल्लभगढ़ और सोहना से बस उपलब्ध है।) दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, संपर्क: विपश्यना साधना संस्थान, रुम न. 1015, 10 वां तल, हेमकुंड/मोदी टावर, 98 नेहरू प्लेस, नई दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

**धम्मपट्टान : सोनीपत (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapatthana@gmail.com,  $\diamond$  सतिपट्टान: 1 से 9-2, 14 से 22-2, 15 से 23-5, 4 से 12-7, 17 से 25-12, सहायक आचार्य कार्यशाला: 2 से 5-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 6 से 7-10,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 14 से 25-7, 11 से 22-10, 20-दिवसीय: 19-4 से 10-5, 1 से 22-8, 30-दिवसीय: 27-2 से 30-3, 28-5 से 28-6, 28-8 से 28-9, 45-दिवसीय: 27-2 से 14-4, 27-10 से 12-12, संपर्क: धम्मसोत-संपर्क पर.

**धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, एअर पोर्ट/कुंजपुरा रोड, गव्हरमेंट स्कूल के पास, गाँव नेवल, करनाल-132001; मोबा. 7056750605, पंजीकरण संपर्क: 1) श्री आर्य, मोबा. 8572051575, 9416781575, 2) श्री वर्मा, मोबा. 9992000601, (सायं 3 से 5 तक) Email: reg.dhammakarunika@gmail.com, दस-दिवसीय: 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 22-6 से 3-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 14 से 25-12, 28-12 से 8-1-2023,  $\diamond$  सतिपट्टान: 29-10 से 6-11, किशोरों का शिविर: 28-5 से 5-6, किशोरियों का शिविर: 11 से 19-6,

**धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)**

विपश्यना ध्यान समिति, लाहली - आंवल रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानौर, जिला: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, 3-दिवसीय: 17 से 20-10,

**धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)**

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गाव आनंदगाढ़, पो. मेहलावली जिला-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dhaja.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-23,  $\diamond$  सतिपट्टान: 5 से 13-11,

**धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)**

हिमाचल विपश्यना केन्द्र, धरमकोट मैकलोजंग, धर्मशाला, जिला- कागरा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (पंजीकरण के लिए फोन सायं 4 से 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2022» अप्रैल से नवंबर हर माह 1 से 12 तथा 15 से 26. केवल अन्य शिविरों के समय नहीं  $\diamond$  सतिपट्टान: 20 से 28-3, 15 से 23-11, 3-दिवसीय: 23 से 26-11,

**धम्मलद्ध : लेह-लद्दाख (जम्मू-कश्मीर)**

विपश्यना साधना केन्द्र, लद्दाख, (लेह से 8/9 कि. मी.) संपर्क: श्री लोभझंग विसुद्धा, एन्यट ट्रैक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दस-दिवसीय: 2022» हर माह: 1 से 12 तथा 16 से 27 (सतिपट्टान आदि छोड़कर).  $\diamond$  सतिपट्टान: 16 से 24-3, 16 से 24-9, 3-दिवसीय: 25 से 28-9, 2-दिवसीय: 25 से 27-3, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 9:00 से 1-दिवसीय: हर माह दूसरे रविवार. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org.

**धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)**

देहरादून विपश्यना केन्द्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कॅन्ट तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, 70783-98566, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दस-दिवसीय: 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 14 से 25-12,  $\diamond$  सतिपट्टान: 6 से 14-3, 14 से 22-8, 7 से 15-10, 3-दिवसीय: 19 से 22-3, 7 से 10-8, 16 से 19-10, 28-10 से 1-11, संपर्क: 1) श्री भंडारी, 16 टैगोर विला, चक्रता रोड, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फैक्स: 2715580.

**धम्मलक्खण : लखनऊ (उ. प्र.)**

विपश्यना साधना केन्द्र, अरती रोड, बक्शी का तालाब, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारम्भ के दिन दोपहर 2 से 3 तक बक्शी का तालाब रेलवे क्रॉसिंग से वाहन सुविधा उपलब्ध है।) Email: info@lakkhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453211879, दस-दिवसीय: 19-2 से 2-3, 4 से 15-3, 4 से 15-4, 19 से 30-4, 4 से 15-5, 19 से 30-5, 4 से 15-6, 19 से 30-6, 4 से 15-7, 4 से 15-8, 19 से 30-8, 4 से 15-9, 19 से 30-9, 4 से 15-10, 4 से 15-11, 19 से 30-11,  $\diamond$  सतिपट्टान: 22 से 30-3, 19 से 27-10, 3-दिवसीय: 28 से 31-10, 2-दिवसीय: 15 से 17-3, 18 से 20-3, 15 से 17-4, 15 से 17-5, 15 से 17-6, 15 से 17-7, 15 से 17-8, 15 से 17-9, 15 से 17-10, 15 से 17-11,  $\infty$  कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 से 17-2,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 19 से 30-7, 20-दिवसीय: 4 से 25-12, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मृदुला मुकेश, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

**धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)**

जेटवन विपश्यना साधना केन्द्र, कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कालेज के सामने, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatthi.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 15 से 26-2, 17 से 28-4, 2 से 13-5, 17 से 28-5, 2 से 13-6, 17 से 28-6, 2 से 13-7, 17 से 28-7, 2 से 13-8, 17 से 28-8, 2 से 13-10, 2 से 13-12, 2 से 13-1-2023,  $\diamond$  सतिपट्टान: 29-8 से 6-9, 14 से 22-12, # बाल शिविर: (8 से 12 वर्ष लड़के, तथा 8 से 16 वर्ष लड़कियां) 24 से 27-12, (12 से 16 वर्ष केवल लड़के) 28 से 31-12,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 8 से 29-9, 30-दिवसीय: 28-2 से 30-3, 45-दिवसीय: 28-2 से 15-4, 15-10 से 30-11, संपर्क: 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री मुरली मनोहर, मातन हेलीया. मोबा. 094150-36896,

**धम्मचक्क : सारनाथ (उ. प्र.)**

विपश्यना साधना केन्द्र, खरगीपुर गांव, पो. पिथरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारनाथ म्यूजियम से ऑटोरिक्शा 100/- है।) दस-दिवसीय: 3 से 14-2, 4 से 15-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 3 से 14-5, 18 से 29-5, 3 से 14-6, 18 से 29-6, 3 से 14-7, 18 से 29-7, 3 से 14-9, 18 से 29-9, 12 से 23-10, 5 से 16-12, 18 से 29-12,  $\diamond$  सतिपट्टान: 21 से 29-3, 2 से 10-10, 3-दिवसीय: 28 से 31-8, 1-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार. सुबह 9 से सायं 4 तक,

$\infty$  दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 18-2 से 1-3, 20-दिवसीय: 3 से 24-8, 30-दिवसीय: 30-10 से 30-11, संपर्क: मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.ag4@gmail.com,

**धम्मकाया कुशीनगर (उ.प्र.)**

धम्मकाया विपश्यना साधना केन्द्र, ग्राम- धूरिया भाट, बनवारी टोला के पास तहसील- कसया, देवरिया रोड, तहसील कसया, जिला- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaya.vskk@gmail.com; दस-दिवसीय: — हर माह 1 से 12 तथा 16 से 27; संपर्क: 1. श्री भूमिधर मोबा. 09452975280, 2) डॉ. विमलकुमार मोदी, द्वारा- आरोग्य मंदिर, गोरखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599453.

**धम्मकल्याण : कानपुर (उ. प्र.)**

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केन्द्र, ढोड़ी घाट, रुमा, पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल

रेलवे स्टेशन से 23 कि० मी०) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं) **दस-दिवसीय:** 20 से 31-1, 5 से 16-2, 5 से 16-3, 20 से 31-3, 5 से 16-4, 20-4 से 1-5, 2 से 13-5, 13 से 24-5, 5 से 16-6, 20-6 से 1-7, 5 से 16-7, 20 से 31-7, 5 से 16-8, 20 से 31-8, 5 से 16-9, 20-9 से 1-10, 5 से 16-10, 20 से 31-10, 5 से 16-11, 5 से 16-12, 20 से 31-12, **० सतिपट्टान:** 22-2 से 1-3, 22 से 30-11, **3-दिवसीय: 2022»** 1 से 4-4, 1 से 4-9, **किशोरियों का शिविर:** 24-5 से 1-6, **एक-दिवसीय:** हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सायं 5 तक, # बाल शिविर **3-दिवसीय:** (8 से 12 वर्ष) **2022»** 1 से 4-6, **० दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 20-11 से 1-12-22,

#### धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

**विपश्यना केंद्र,** पुलिस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ-250002, **कार्यालय संपर्क:** फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, **10-दिवसीय:** 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023 **० सतिपट्टान:** 19 से 27-3, **3-दिवसीय:** 31-3 से 3-4, 1 से 4-9, 17 से 20-10, 1 से 4-12,

#### धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

**बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र,** मगध विश्वविद्यालय के समीप, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-डोभी रोड, बोधगया-824234, मोबा. 94716-03531, Email: info@bodhi.dhamma.org; **संपर्क:** फोन: 99559-11556. Website: www.bodhi.dhamma.org, Long course Email: bodhi.longcourse@gmail.com, **दस-दिवसीय:** 1 से 12-4, 16 से 27-4, 1 से 12-5, 16 से 27-5, 1 से 12-6, 16 से 27-6, 1 से 12-7, 15 से 26-7, 5 से 16-9, 20-9 से 1-10, 1 से 12-11, 16 से 27-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, **० सतिपट्टान:** 26-1 से 3-2, 18 से 26-10, **० दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 6 से 17-10, **20-दिवसीय:** 1 से 22-8, 6 से 27-10, **30-दिवसीय:** 9-2 से 12-3, 1-8 से 1-9, **45-दिवसीय:** 9-2 से 27-3

#### धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)

**धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र,** ग्राम- लदौरा, पार्की, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, **दस-दिवसीय:** हर माह 5 से 16 तथा 19 से 30. केवल फरवरी में 19-2 से 2-3, (19 से 30-3, तथा 19 से 30-10, छोड़कर) **० सतिपट्टान:** 22 से 30-3, **संपर्क:** श्री राजकुमार गौयन्का, फोन: 0621 2240215, Email: info@licchavi.dhamma.org

#### धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)

**बाराचकिया - 845412, पूर्व चम्पारन, बिहार, संपर्क:** फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammapupavan@gmail.com, **दस-दिवसीय:** हर माह 3 से 14 तथा 17 से 28.

**नालंदा (बिहार): दस-दिवसीय:** अप्रैल से दिसंबर तक हर माह 2 से 13, **स्थान:** शिल्प ग्राम, नव नालंदा महाविहार, गव्हरमेंट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, **संपर्क:** डा लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com. online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

#### धम्मपाटलिपुत्र : पटना (बिहार)

**स्थान: विपश्यना साधना केंद्र,** ध्यान खंड, बुद्ध स्मृति पार्क, फ्रेजर रोड, पटना जंक्शन के पास, **संपर्क:** फोन: +91 6205978822, +91 6299534629; E-mail: info@patna.in.dhamma.org ; Website: www.patana.in.dhamma.org; **दस-दिवसीय:** 17 से 28-2, 3 से 14-3, 17 से 28-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 3 से 14-5, 17 से 28-5, 3 से 14-6, 17 से 28-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 3 से 14-9, 17 से 28-9, 3 से 14-10, 17 से 28-10, 3 से 14-11, 3 से 14-12, 17 से 28-12, 3 से 14-1-2023, 17 से 28-1-23, 17 से 28-2-23, **० सतिपट्टान:** 17 से 25-11, 1-दिवसीय: हर रविवार, **मिनी आनापान साधना:** हर रोज, # 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़कियां 12 से 16 वर्ष) 29-4 से 2-5, (केवल लड़के 12 से 16 वर्ष) 28 से 31-12, **० कृतज्ञता-शिविर:** 2 से 17-2, 2 से 17-2-2023

#### धम्मवेसाली : वैशाली (बिहार)

**धम्मवेसाली विपश्यना केंद्र,** वियतनाम महाप्रजापति नगरी, विश्वशांति फगोडा रोड, वैशाली-844128, **संपर्क:** 9031012302, 9031012303, श्री राजकुमार गौयन्का, फोन: 7631932444, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; **दस-दिवसीय:** हर माह- 4 से 15, तथा 18 से 29, 20 से 28 मार्च तथा सतिपट्टान के समय नहीं **० सतिपट्टान:** 4 से 12-11,

#### कच्छ एवं गुजरात

#### धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

**कच्छ विपश्यना केंद्र,** ग्राम- बाड़ा, ता. मांडवी, जिला- कच्छ 370475. मोबा. 9925674104, 9638577325, Email: info@sindhu.dhamma.org, (शिविर आरंभ होने के दिन सीधे केंद्र जाने के लिए वाहन सुविधा उपलब्ध। तदर्थ संपर्क- फोन: भुज: 094274-33534. गांधीधाम: 094262-50746. मांडवी: 9974575660.) **दस-दिवसीय:** 4 से 15-1, 19 से 30-1, 20-2 से 3-3, 6 से 17-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 15 से 25-4, 1 से 12-5, 15 से 26-5, 29-5 से 9-6, 12 से 23-6, 25-6 से 6-7, 10 से 21-7, 24-7 से 4-8, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 30-9 से 11-10, 12 से 23-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1, 4-1-22 से 15-1-22-23, 18 से 29-1, **० सतिपट्टान:** 2 से 10-2, 17 से 25-4, 11 से 19-6, 30-10 से 7-11, **3-दिवसीय:** 11 से 14-2, 13 से 16-5, 24 से 27-6, 12 से 15-8, 7 से 10-10, 25 से 28-10, **कृतज्ञता-शिविर:** 2 से 17-2-2023,

**० दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 15 से 26-4, 25-6 से 6-7, 12 से 23-11, **20-दिवसीय:** 23-2 से 16-3, 4 से 25-5, 1 से 22-12, **30-दिवसीय:** 23-2 से 26-3, 4-5 से 4-6, 16-7 से 16-8, 7-9 से 8-10, **45-दिवसीय:** 1-1 से 16-2, 23-2 से 10-4, 7-9 से 23-10, 1-1-2-22 से 16-2-2-23,

**संपर्क:** मोबा. 7874623305,

#### धम्मकोट : राजकोट (गुजरात)

**सौराष्ट्र विपश्यना केंद्र,** कोठारिया रोड, राजकोट. फोन: (0281) 2924924, 2924942, मोबाईल: 7878727240, 93279-23540, Email: info@kota.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 12 से 23-2, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 3 से 14-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 14 से 25-12, **3-दिवसीय:** 26-2 से 1-3, 8 से 21-8, **संपर्क:** 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फैक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

#### धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

**उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र,** मीठु गाव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. **संपर्क:** 1. निखिलभाई पारीख, मोबा. 09429233000, 2. श्री उपेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, **दस-दिवसीय:** 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 30-3 से 10-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 4 से 12-7, 20 से 31-7, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, 4 से 15-1-23, 18 से 29-1-23, 17 से 28-2-23, **० सतिपट्टान:** 4 से 12-7, **3-दिवसीय:** 20 से 23-10, **2-दिवसीय:** 15 से 17-7, **कृतज्ञता-शिविर:** 1 से 16-2,

**० दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय:** 13-8 से 3-9, **30-दिवसीय:** 3-8 से 3-9,

#### धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

**गुर्जर विपश्यना केंद्र,** (अहमदाबाद रेलवे स्टेशन से 40 कि.मी.) ग्राम रनोडा, ता. धोलका, जिला-अहमदाबाद-387810. मोबा. 89800-01110, 89800-01112, 94264-19397. फोन: (02714) 294690. Email: info@pitha.dhamma.org, (बस सुविधा हर शिविर के 0 दिवस पर, पालदी बस स्टैंड (अहमदाबाद) दोपहर 2:30 बजे) **दस-दिवसीय:** 16 से 27-2, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 25-12 से 5-1-2023, 11-1 से 22-1-23, 25-1 से 5-2-23, 8 से 19-2-23, 22-2 से 5-3-23, **० सतिपट्टान:** 1 से 9-3, **कृतज्ञता-शिविर:** 26-1 से 10-2,

**० दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 10 से 21-3, **20-दिवसीय:** 1 से 22-3, **30-दिवसीय:** 5-11 से 6-12, **45-दिवसीय:** 5-11 से 21-12, **संपर्क:** 1) श्रीमती शशि तोदी मोबा. 98240-65668.

#### धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

**विपश्यना ध्यान केंद्र,** नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पच्छिम से 2 कि० मी० दूरी पर बोरीयाच टोलनाका, ग्राम वागलवाड ता. गनदेवी, जि. नवसारी, मोबा. 09586582660, **पंजीकरण:** दोपहर 11 से सायं 5 (0261) 3260961, 09825955812. www.ambika.dhamma.org; Online registration: dhammaambikasurat@gmail.com; **संपर्क:** 1) वसंतभाई लाड, मोबा. 09428160714, 2) श्री रतनशीभाई के. पटेल, मोबा. 09825044536, **दस-दिवसीय:** 9 से 20-2, 22-2 से 5-3, 7 से 18-3, 20 से 31-3, 6 से 17-4, 19 से 30-4, 1 से 12-5, 18 से 29-5, 31-5 से 11-6, 12 से 23-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 28-7 से 8-8, **० सतिपट्टान:** 19 से 27-8, **3-दिवसीय:** 31-3 से 3-4, 12 से 15-5, 23 से 26-6, 12 से 15-8, **धम्म सम्मेलन:** 6-2, **० दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 24-1 से 4-2, 29-8 से 9-9, **20-दिवसीय:** 19-8 से 9-9,

#### दक्षिण भारत

#### धम्मपफुल्ल : अलूर, बंगलूरु (कर्नाटक)

**बंगलूरु विपश्यना केंद्र,** अलूर-562123. (गाँव अलूर, अलूर पंचायत कार्यालय के पास) तुमकूर हाईवे के सामने दासनपुरा बंगलूरु उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोन: (080) 23712377, मोबा. 7829912733, 8861644284, 9972588377, Email: info@paphulla.dhamma.org, (बंगलूरु रेलवे स्टेशन से 23 की. मी. दूर) **दस-दिवसीय:** 2 से 13-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, **० सतिपट्टान:** 23 से 31-3, **3-दिवसीय:** 17 से 20-3, **2-दिवसीय:** 26 से 27-2,

**० दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 2022»** 2 से 23-2,

#### धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)

**विपश्यना साधना केंद्र,** 533, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा थीरुनीरमलाई रोड, थीरुमुदीवक्कम, चेन्नई-600044, शिविर संबंधी जानकारी तथा पंजीकरण के लिए **संपर्क:** फोन: 044-65499965, मोबाइल: 94442-80952, 94442-80953, (केवल 10 बजे से 1 तथा सायं 2 से 5 बजे तक). Email: setu.dhamma@gmail.com, **संपर्क:** श्री गौयन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgiclothing.in, **दस-दिवसीय:** 9 से 20-3, 30-3 से 10-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 13 से 24-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 20 से 31-12, **० सतिपट्टान:** 2 से 10-7, 12 से 20-10, **3-दिवसीय:** 24 से 27-3, 12 से 15-5, 28 से 31-7, **1-दिवसीय:** 16-5, 13-7, **धम्मसेवक कार्यशाला:** 21-4, **बाल शिविर शिक्षक कार्यशाला:** 21 से 22-5, **सहायक आचार्य कार्यशाला:** 28 से 29-5, **कृतज्ञता-शिविर:** 2 से 17-2,

**० दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय:** 2 से 23-2, **30-दिवसीय:** 2-2 से 5-3,

#### धम्मखेत : हैदराबाद (तेलंगाना)

**विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र,** (12.6 किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर,

वनस्थलीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाना पंजीकरण: (प्रातः ९ से १२ तथा ३ से ५ तक) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 18-2 से 1-3, 3 से 14-3, 17 से 28-3, 31-3 से 11-4, 13 से 24-4, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 18 से 29-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 13 से 24-9, 25-9 से 6-10, 8 से 19-10, 20 से 31-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 14 से 25-12, **सतिपट्टान: 18 से 26-5, 13 से 21-9, 3-दिवसीय: 25 से 28-4, 29-8 से 1-9, 2-दिवसीय: 28 से 30-1, 29-4 से 1-5, 30-7 से 1-8, 2 से 4-9, आचार्य कार्यशाला: 8 से 12-9, 2-दिवसीय धम्मसेवक कार्यशाला: 5 से 7-9, धम्मसेवक कार्यशाला: 28-2, 27-3, 24-4, 29-5, 17-7, 28-8, 30-10, 27-11, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2,**

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 1 से 12-6, 28-12 से 8-1-2023, 28-12-2023 से 8-1-2024, 31-5-2024 से 10-6-2024, 20-दिवसीय: 1 से 22-6, 28-12 से 18-1-2023, 28-12-2023 से 18-1-2024, 31-5-2024 से 20-6-2024, 30-दिवसीय: 1-6 से 2-7, 28-12 से 28-1-2023, 28-12-2023 से 28-1-2024, 31-5-2024 से 30-6-2024, 45-दिवसीय: 1-6 से 17-7, 31-5-2024 से 15-7-2024,

1-दिवसीय बाल-शिविर: हर दस दिवसीय शिविर के आखरी दिन आंध्र प्रदेश, तथा तेलंगाना, योग्यता: 1-दिवसीय तथा 2-दिवसीय बाल-शिविर, पूर्ण किए हों तथा 5 वीं कक्षा (उम्र: 10 से 18 वर्ष, सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक),

**धम्ममथुरा : मदुराई (तमिलनाडु)**

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेतिया पट्टी, ता. आतुर पो. गांधीग्राम युनिवर्सिटी दिंडीगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 9442603490, 9442103490, दस-दिवसीय: 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12-2022 से 1-1-2023 **सतिपट्टान: 13 से 21-8, 3-दिवसीय: 4 से 7-8, 22 से 25-9, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2-22,**

**धम्मनागाज्जुन - 1 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)**

संपर्क: VIMC, हिल कालोनी, नागार्जुन सागर, जि. नालगोंडा तेलंगाना, पिन-508202. पंजीकरण: 9440139329, (8680) 277944, मोबा: 093484-56780, (केवल 10 से शाम 5 तक) Email: info@nagajuna.dhamma.org, 10-दिवसीय: 6 से 17-2, 14 से 25-5, 2 से 13-11, 23-11 से 4-12, 2-दिवसीय: 25 से 27-2, 11 से 13-3, 24 से 26-6, 8 से 10-7, 5 से 7-8, 28 से 30-10, 16 से 18-12, किशोरों का शिविर: 9 से 17-4, 5 से 13-5, 20 से 28-8, 26-9 से 4-10, 14 से 22-11, किशोरियों का शिविर: 25-4 से 3-5, 11 से 19-6, 23 से 31-7, 15 से 23-9, 15 से 23-10, 23 से 31-12, धम्मसेवक कार्यशाला: 9 से 11-9, धम्म सम्मेलन: 18 से 20-2,

**धम्मनागाज्जुन - 2 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)**

संपर्क: धम्मनागाज्जुन-1 के उपरोक्त पते पर। 10-दिवसीय: 23-2, से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 25-9 से 6-10, 12 से 23-10, **सतिपट्टान: 24-4 से 2-5, 14 से 22-9, कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2, 2023» 2 से 17-2,**

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 4 से 25-5, 30-दिवसीय: 4-5 से 4-6, 26-10 से 26-11, 45-दिवसीय: 26-10 से 11-12, 14-12 से 29-1-23

**मध्य एवं पूर्व भारत**

**धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)**

धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैगंगा तट, रेंगाटोला, पो. गर्गा, बालाघाट. फोन: (07632) 248145, मोबा. 8989845100, संपर्क: 1) श्री खोब्रागडे, मोबा. 94243-36241. 2) श्री मेश्राम, फोन: (07632) 239165, Email: dineshmeshram@hotmail.com, मोबा. 09425140015, 9753144641, ऑनलाइन आवेदन: https://www.dhamma.org/en/schedules/schkana. 10-दिवसीय: (20-2 से 3-3 केवल भिक्षुओं के लिए) 6 से 17-3, 21-3 से 1-4, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 2 से 13-5, 2 से 13-6, 2 से 13-7, 19 से 30-8, 2 से 13-9, 17 से 28-9, 6 से 17-10, 22-10 से 2-11, 5 से 16-11, 19 से 30-11, 4 से 15-12, **सतिपट्टान: 18 से 26-6, 18 से 26-12, 3-दिवसीय: 18 से 20-3, 2-दिवसीय: 15 से 16-5, # बाल-शिविर: 29-5, 2-10, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 17-7 to 7-8, 30-दिवसीय: 2022» 16-1 से 16-2,**

**धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)**

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गोडाम, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेंद्र हुमने, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फैक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन: www.pala.dhamma.org, दस-दिवसीय: 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 28-9 से 9-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, **सतिपट्टान: 23 to 31-3, 14 से 22-10, 3-दिवसीय: 3 से 6-2, 12 से 15-5, 8 से 11-9, 27 से 30-10, 2-दिवसीय: 1 से 3-4, 1-दिवसीय: 20-2, 20-3, 17-4, 24-7, 4-9, 9-10, 27-11, किशोरों का शिविर: (लड़के) 3 से 11-5, (लड़कियां) 14 से 22-6, बाल-शिविर: (उम्र 8 से 12 वर्ष) 29-5, 21-8, (उम्र 13 से 16 वर्ष) 1-5, 12-6; रखरखाव सप्ताह: 9 से 13-10, पुराने साधकों के लिए सहभागिता सेमिनार: 25 से 26-6,**

∞ दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 14 से 25-12, 20-दिवसीय: 8 से 29-9, 30-दिवसीय: 8-9 से 9-10,

**धम्ममालवा : इंदौर (म.प्र.)**

विपश्यना केंद्र, ग्राम - जंबूडी हप्पी, गोमटगिरी के आगे, पितृ पर्वत के सामने, हातोद रोड, इंदौर-452003. Email: info@malava.dhamma.org; dhammamalava@gmail.com संपर्क: 1) इंदौर विपश्यना इंटरनेशनल फाउंडेशन, ट्रस्ट, फोन: (0731) 4273313. 2) श्री अवधूत गोखले, मोबा. 9407406620. दस-दिवसीय: 6 से 17-2, 6 से 17-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 16 से 27-4, 1 से 12-5, 17 से 28-5, 29-5 से 9-6, 3 से 14-7, 16 से 27-7, 30-7 से 10-8, 13 से 24-8, 4 से 15-9, 17 से 28-9, 2 से 13-10, 19 से 30-11, 4 से 15-12, (केवल पुराने साधक 17 से 28-12), **सतिपट्टान: 19 से 27-2, 18 से 26-6, 3-दिवसीय: 10 से 13-6, 26 से 29-8, 14 से 17-10, 1-दिवसीय: 16-5, तथा हर माह प्रथम रविवार, फरवरी मार्च के तीसरे रविवार (प्रातः 8 से 1:30) अगस्त में नहीं धम्मसेवा शिविर: 29-1 प्रातः 8 से 30-1 शाम 5 बजे तक**

∞ दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 6 से 17-11,

**धम्मरत : रतलाम (म.प्र.)**

धम्मरत विपश्यना केंद्र, (रतलाम से 15 कि.मी.) साई मंदिर के पीछे, ग्राम - धामनोद ता. सैलाना, जि. रतलाम-457001, फैक्स: 07412-403882, Email: dhamma.rata@gmail.com, संपर्क 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अडवाणी, मोबा. 9826700116. दस-दिवसीय: 2 से 13-2, 18 से 1-3, 5 से 16-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 4 से 15-5, 20 से 31-5, 4 से 15-6, 19 से 30-6, 3-दिवसीय: 26 से 29-12, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 8 से 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

**धम्मगुना, गुना-ग्वालियर संभाग, (म.प्र.)**

“विपश्यना धम्मगुना, ग्राम- पगारा, 12 कि.मी. ग्राम पगारा, गुना-ग्वालियर संभाग। संपर्क: श्री वीरेंद्र सिंह रघुवंशी, रघुवंशी किराना स्टोर, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के पास, अशोक नगर रोड, गांव- पगारा, तहसील-जिला- गुना, म. प्र. पिन- 473001. मोबा. 9425618095, श्री राजकुमार रघुवंशी, मोबा. 9425131103, Email: info@guna.dhamma.org, दस-दिवसीय: 19 से 30-11, 10 से 21-12,

**धम्मबल : जबलपुर (म.प्र.)**

विपश्यना साधना केंद्र, भेडाघाट थाने से एक किलोमीटर, बापट मार्ग, भेडाघाट, जबलपुर. संपर्क: Whatapp No. 1) श्री गुलशन माकन, मोबा. 9425156895 2) श्री राजेन्द्र दुबे, मोबा. 7999341818, Email: dhammabalajabalpur@yahoo.co.in, 10-दिवसीय: 13 से 24-2, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 8 से 19-5, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, **सतिपट्टान: 17 से 25-4, 3-दिवसीय: 4 से 6-2, 15 से 17-4, 10 से 12-6, 25 से 27-11, 1-दिवसीय: हर माह अंतिम रविवार,**

**धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ़)**

विपश्यना केंद्र, थनौद, व्हाया-अंजौरा, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana\_kendra@yahoo.in, संपर्क: 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706, दस-दिवसीय: 5 से 16-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 12 से 23-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 14 से 25-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 1 से 12-10, 13 से 24-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, 3-दिवसीय: 17 से 20-3, किशोरियों का शिविर: 29-5 से 6-6, 1-दिवसीय: 1-5, 16-5, 26-6, 28-8, # बाल-शिविर: 27-3, 17-4, 3-5, 28-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 30-10, ∞ दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 30-1 से 2-3,

**धम्मगढ़ : बिलासपुर (छत्तीसगढ़)**

विपश्यना केंद्र, बिलासपुर शहर से 23 कि.मी. और कारगी रोड रेलवे स्टेशन से 8 कि.मी. की दूरी पर भरारी, व्हाया मोहनभाटा, ता. तखतपुर, जिला-बिलासपुर. मोबा. 9926326872, Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दस-दिवसीय: 27-1 से 7-2, 10 से 21-2, 3 से 14-3, 31-3 से 11-4, 17 से 28-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 7 से 18-8, 1 से 12-10, 1 से 12-12, 17 से 28-12, **सतिपट्टान: 12 से 20-11, 3-दिवसीय: 17 से 20-3, किशोरों का शिविर: 5 से 13-6, 1-दिवसीय: 23-1, 3-4, # बाल-शिविर: 24-4, 1-5, 16-10, 27-11,**

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 9 से 30-9, संपर्क: 1) श्री एस मेश्राम, मोबा. 79748-34238, 2) श्री के के साहू, मोबा. 9752047511,

**धम्मउत्कल : खरियार रोड (उड़ीसा)**

विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम चानबेरा पो. अमसेना, (व्हाया) खरियार रोड जिला: नुआपाडा, उड़ीसा-766106, संपर्क: 1) श्री. हरिलाल साहू, मोबा. 09407699375, Email: harilal.sahu@gmail.com 2) श्री. प्रफुल्लदास, मोबा. 7077704724, दस-दिवसीय:

**धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)**

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, बरो मन्दिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दस-दिवसीय: 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 14 से 25-7, 27-7 से 7-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 27-10 से 7-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-11 से 1-1, **सतिपट्टान: 8 से 16-3, 16 से 24-8, 3-दिवसीय: 17 से 20-3, 25 से 28-8, संपर्क: कार्यालय: टोबेको हाऊस, 5 वा माळा रूम नं. 523, 1, ऑल्ड कोर्ट हाऊस कॉर्नर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,**



## विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ “संचुरीज कॉर्पस फंड”

‘ग्लोबल विपश्यना पगोडा’ के दैनिक खर्च को संभालने के लिए पूज्य गुरुजी के निर्देशन में एक ‘संचुरीज कॉर्पस फंड’ की नींव डाली जा चुकी है। उनके इस महान संकल्प को परिपूर्ण करने के लिए **यदि 1,39,000 लोग, प्रत्येक व्यक्ति रु. 9000/- जमा कर दें, तो 125 करोड़ रु. हो जायेंगे और उसके मासिक ब्याज से यह खर्च पूरा होने लगेगा।** यदि कोई एक साथ पूरी राशि नहीं जमा कर सके तो किस्तों में भेजे अथवा अपनी सुविधानुसार छोटी-बड़ी कोई भी राशि भेज कर पुण्यलाभी हो सकते हैं।

साधक तथा बिन-साधक सभी दानियों को सहस्राब्दियों तक अपने धर्मदान की पारमी बढ़ाने का यह एक सुखद सुअवसर है। अधिक जानकारी तथा निधि भेजने हेतु --

संपर्क:- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or  
2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156,

A/c. Office: 022-50427512 / 50427510;

Email- [audits@globalpagoda.org](mailto:audits@globalpagoda.org);

**Bank Details:** ‘Global Vipassana Foundation’ (GVF),  
Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments,  
Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064,  
Branch- Malad (W).

Bank A/c No.- 911010032397802;

IFSC No.- UTIB0000062;

Swift code: AXIS-INBB062.

Online Donation- <https://www.globalpagoda.org/donate-online>

## विपश्यना विशोधन विन्यास

विपश्यना विशोधन विन्यास (Vipassana Research Institute=VRI) एक ऐसी संस्था है जो साधकों के लिए धर्म संबंधी प्रेरणादायक पाठ्य सामग्री लागत मूल्य पर उपलब्ध कराती है। यहां का सारा साहित्य न्यूनतम कीमत पर उपलब्ध है ताकि अधिक से अधिक साधक इसका व्यावहारिक लाभ उठा सकें। विपश्यना साधना संबंधी अमूल्य साहित्य का हिंदी, अंग्रेजी एवं अन्य भाषाओं में अनुवाद एवं शोध करना है। इसके लिए विद्वानों की आवश्यकता है। शोध कार्य मुंबई के इस पते पर होता है:- **‘विपश्यना विशोधन विन्यास’,** परियत्ति भवन, विश्व विपश्यना पगोडा परिसर, एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोराई गांव, बोरीवली पश्चिम, मुंबई- 400 091, महाराष्ट्र, भारत. फोन: कार्या. +9122 50427560, मो. (Whats App) +91 9619234126.

इसके अतिरिक्त VRI हिंदी, अंग्रेजी एवं मराठी की मासिक पत्रिकाओं के माध्यम से पूज्य गुरुजी के द्वारा हुए पत्राचार, पुराने ज्ञानवर्धक लेख, दोहे, साक्षात्कार, प्रश्नोत्तर आदि के द्वारा प्रेरणाजनक संस्मरणों को प्रकाशित करती है ताकि साधकों की धर्मपथ पर उत्तरोत्तर प्रगति होती रहे।

इन सब कार्यों को आगे जारी रखने के लिए साधकों का सहयोग अत्यंत आवश्यक है। भविष्य में अनेक साधकों के लाभार्थ धर्म की वाणी का प्रकाशन अनवरत चलता रहे, इसमें सहयोग के इच्छुक साधक निम्न पते पर संपर्क करें। इस संस्था में दानियों के लिए सरकार से आयकर अधिनियम 1961 की धारा 35-(1) (iii) के नियमानुसार 100% आयकर की छूट प्राप्त है। साधक इसका लाभ उठा सकते हैं। **दान के लिए बैंक विवरण इस प्रकार है:—**

**विपश्यना विशोधन विन्यास, ऐक्सिस बैंक लि., मालाड (प.)**

खाता क्र. 911010004132846; IFSC Code: UTIB0000062

**संपर्क-** 1. श्री डेरिक पेगाडो - 022-50427512/ 28451204

2. श्री बिपिन मेहता - 022-50427510/ 9920052156

3. ईमेल - [audits@globalpagoda.org](mailto:audits@globalpagoda.org)

4. वेबसाइट- <https://www.vridhamma.org/donate-online>

## दोहे धर्म के

धन्य! धन्य! गुरुदेव जी, धन्य! बुद्ध भगवान।  
शुद्ध धर्म ऐसा दिया, होय जगत कल्याण॥  
जय जय जय गुरुदेवजू, जय जय कृपानिधान।  
धरम रतन ऐसा दिया, हुआ परम कल्याण॥  
ऐसा चखाया धरम रस, बिषयन रस न लुभाय।  
धरम सार ऐसा दिया, छिलके दिये छुड़ाय॥  
धरम दिया कैसा सबल, पग-पग करे सहाय।  
भय भैरव सारे मिटे, निर्भय दिया बनाय॥

### केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड

8, मोहता भवन, ई-मोसेस रोड, वरली, मुंबई- 400 018

फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166

Email: [arun@chemito.net](mailto:arun@chemito.net)

की मंगल कामनाओं सहित

## दूहा धरम रा

बियाबान बन भटकतां, हुयो बिकल गुमराह।  
धन धन पायो धरम पथ, गुरुवर पकड़ी बांह॥  
अँधियारै भटकत फिर्यो, गुरुवर पकड़्यो हाथ।  
सहज मुक्ति रो पथ दियो, धन धन करुणानाथ॥  
गुरुवर री किरपा हुई, मिली धरम री पोट।  
तन री मन री बचन री, मिटग्यी सारी खोट॥  
गुरुवर री महती क्रिपा, पायो विद्या दान।  
मिटी काळिमा मोह री, जाग्यो अंतरग्यान॥

### मोरया ट्रेडिंग कंपनी

सर्वो स्टॉकिस्ट-इंडियन ऑईल, 74, सुरेशदादा जैन शापिंग कॉम्प्लेक्स, एन.एच.6,  
अजिंठा चौक, जलगांव - 425 003, फोन. नं. 0257-2210372, 2212877 मोबा.09423187301,

Email: [morolium\\_jal@yahoo.co.in](mailto:morolium_jal@yahoo.co.in)

की मंगल कामनाओं सहित

“विपश्यना विशोधन विन्यास” के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरि, इगतपुरी- 422 403, दूरभाष : (02553) 244086, 244076.

मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, 259, सीकाफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2565, पौष पूर्णिमा, 17 जनवरी, 2022

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US \$ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US \$ 100. “विपश्यना” रजि. नं. 19156/71. Postal Regi. No. NSK/RNP-235/2021-2023

Posting day- Purnima of Every Month, Posted at Iगतपुरी-422 403, Dist. Nashik (M.S.) (फुटकर बिक्री नहीं होती)

DATE OF PRINTING: (on-line-edition),

DATE OF PUBLICATION: 17 JANUARY, 2022

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरि, इगतपुरी - 422 403

जिला-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोन : (02553) 244076, 244086,

244144, 244440.

Email: [yri\\_admin@vridhamma.org](mailto:yri_admin@vridhamma.org);

course booking: [info@giri.dhamma.org](mailto:info@giri.dhamma.org)

Website: <https://www.vridhamma.org>