



# विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, चैत्र पूर्णिमा (ऑनलाइन), 16 अप्रैल, 2022, वर्ष 51, अंक 10

E-NEWS LETTER वार्षिक शुल्क रु. ३०/ आजीवन शुल्क रु. ५००

## धम्मवाणी

यदा द्वयेसु धम्मेसु, पारगू होति ब्राह्मणो।  
अथस्स सब्बे संयोगा, अत्थं गच्छन्ति जानतो ॥

— धम्मपदपाळि-384, ब्राह्मणवग्गो

जब (कोई) ब्राह्मण (साधक) दो धर्मों (शमथ=आनापान और विपश्यना) में पारंगत हो जाता है, तब उस जानकार के सभी बंधन नष्ट हो जाते हैं।

## बाबू भैया को लिखे पत्रों के कुछ अंश (क्रमशः)

### बाराचकिया-बिहार में विपश्यना शिविर

#### (पारमी संपन्न साधकों का अद्भुत संगम)

भारत के शिविरों के बारे में सयाजी ऊ बा खिन को अवगत कराने हेतु पूज्य गुरुजी द्वारा बाबू भैया (बड़े भाई श्री बाबूलाल) को पचास वर्ष से भी पूर्व लिखे गये निम्नलिखित पत्र से स्पष्ट है कि उन दिनों के छोटे-बड़े सभी शिविरों का संचालन, कष्ट सहन करते हुए भी पूज्य गुरुजी ने अकेले ही जितनी समता के साथ किया, पारमी संपन्न साधकों का सहयोग भी उतना ही सहायक सिद्ध हुआ। मार के अनेक आक्रमणों के बावजूद अंततः धर्म की विजय हुई तथा सभी बाधाएं स्वतः दूर होती गयीं।

—संपादक

पड़ाव: बाराचकिया, (पूर्वी चंपारन, बिहार)

23 अगस्त 1970

बाबू भैया,

सादर वंदे!

कल यहां के शिविर का कार्यक्रम अत्यंत सफलतापूर्वक संपन्न हुआ है। इस समापन के अवसर पर अपने इस असीम पुण्य के वितरण हेतु मन में तुम सब के प्रति, पूज्य गुरुदेव और मां सयामा के प्रति, वहां के सभी गुरु भाइयों और गुरु बहनों के प्रति तथा आश्रम के सहयोगियों के प्रति मन मोद भाव से भर उठा। सचमुच यह पूज्य गुरुदेव और मां सयामा की मैत्री भावना से इतना बड़ा शिविर बिना किसी विघ्न बाधा के सफलतापूर्वक संपन्न हो पाया। बीच में एक-दो बार एक-दो साधकों के प्रति मन जरा सशंकित, आतंकित हुआ था परंतु कोई विघ्न बाधा आ नहीं सकी, इससे सुखद संतुष्टि हुई।

शिविर के सभी साधक-साधिकाएं पुण्य शाली रहे, कोई कम कोई अधिक। दो-तीन दिन तक मैं स्वयं सर्दीं जुकाम से पीड़ित रहा फिर भी कोई विशेष कठिनाई नहीं पैदा हुई। भोजन इत्यादि की व्यवस्था

भी सुचारु रूप से चली। इससे भविष्य में भीमकाय (बड़ी संख्या वाले) शिविरों के संचालन के प्रति भी मन आश्वस्त हुआ। इस शिविर में इतनी बड़ी संख्या की कल्पना किसी को भी नहीं थी। सबका अनुमान 20-25 व्यक्तियों तक ही था। जब संख्या बहुत बढ़ने लगी और दूसरे तीसरे दिन भी लोग आए तो स्थान इत्यादि की कठिनाई देखकर न चाहते हुए भी उनके प्रवेश पर प्रतिबंध लगाना पड़ा। कुछ लोग बहुत निराश और अश्रुमुख होकर लौटे।

इस शिविर की व्यवस्था यहां की एकमात्र बड़ी चीनी मिल के जनरल मैनेजर श्री सरदार सिंह कोठारी के निवास स्थान पर हुई। श्री कोठारी उदयपुर निवासी ओसवाल जैन हैं, प्रौढ़ हैं, अपने काम में निपुण हैं, इस प्रदेश की अनेक अस्वस्थ मिलों को सबल और स्वस्थ बना देने का इन्हें अच्छा ज्ञान है। सौम्य सज्जन हैं, अत्यंत सुशिक्षित हैं, कट्टरता का नामोनिशान नहीं है। इसीलिए जैन होते हुए भी कई वर्षों से कुंडलिनी योग का अभ्यास करते रहे। बहुत मिलनसार हैं इसलिए स्थानीय जनता में बहुत घुले-मिले रहते हैं। पूर्व जन्मों का कोई पारमीमय संसर्ग रहा है जिससे कि जब सारनाथ में शिविर लगा तभी से इनके मन में धर्म संवेग उठा और ये अपनी पत्नी सहित वहीं आने के लिए अथवा अपने यहां शिविर लगवाने के लिए लालायित हो उठे। तब से अब तक इनका धर्म संवेग शिथिल नहीं हो पाया। इस समय जबकि मिल चालू है और इनके सिर पर इतने बड़े काम का दायित्व है फिर भी इन्होंने न केवल अपने घर पर शिविर लगाने का उत्साह दिखाया बल्कि स्वयं भी अपनी पत्नी सहित सम्मिलित हुए। और आश्चर्य तो तब होता है जब मैं देखता हूँ कि अन्य साधकों की अपेक्षा इनकी उपलब्धि अत्यंत न्यून होने पर भी इनके मन में धर्म संवेग जरा भी कम नहीं है। कल मेरे साथ एक दिन के लिए पटना जा रहे हैं ताकि वहां इनके परिचित मित्रों से मैं मिल कर बात कर सकूँ। वहां एक सार्वजनिक प्रवचन का भी आयोजन होगा। जबकि आज प्रातः इनकी मिल में एक विद्युत दुर्घटना हो गई। मिल की सफाई करते हुए एक मजदूर ने नंगे सजीव बिजली के तार पर पांव रख दिया और उसके प्राणांत हो गए। इसलिए मैं नहीं चाहता कि 10 दिन शिविर में बिताने के बाद अब यहां की समस्याओं को छोड़कर ये एक दिन के लिए भी कहीं

बाहर जायँ। परंतु पता नहीं मानेंगे भी या नहीं।

साधना में इनकी अमित श्रद्धा और वीर्य होते हुए भी इनके पिछड़ने के दो तीन कारण रहे। सबसे बड़ा कारण तो मिल के अहाते में उनके अपने निवास स्थान पर ही शिविर का आयोजन हुआ। मैं देखता था कि बार-बार मना करने पर भी लगभग नित्य रात्रि के 10 से 11 बजे तक मिल के अधिकारी इनके पास आवश्यक आदेश और परामर्श लेने के लिए आते ही रहते थे। यह ध्यान का बहुत बड़ा विघ्न रहा। दूसरे इन्होंने कभी कुंडलिनी योग का अभ्यास किया था इसलिए विपश्यना देने पर अंतर्मुखी तो हुए परंतु बार-बार मेरुदंड देखते रहे। इड़ा और पिंगला की नाड़ियां दिखती रहीं। सूक्ष्मता के दर्शन होते रहे फिर भी गहरी साधना नहीं हो पायी। परंतु तीन दिन की आनापान में इनके चित्त में जो एकाग्रता आई वह अभूतपूर्व थी और उस चित्त शांति ने इन्हें आनंद विभोर कर दिया। विपश्यना में भी, जिस दिन मिल में कोई उपद्रव उठ खड़ा हुआ उस दिन तो कठिनाई रही ही, परंतु इसके अतिरिक्त आतिथेय यानी मेजबान होने के कारण अपने घर ठहरे हुए पचास से भी अधिक व्यक्तियों की सुख सुविधा का ध्यान भी अंतर्मन में आए बिना नहीं रह सका और मिल में भी कम कठिनाइयां नहीं आईं। एक बार मिल के अहाते में, मिल के पास ही आग लग गई। जरा-सी असावधानी से सारी मिल में आग लग जाती, परंतु केवल 10-15 मिनट में ही वह अपना उग्र रूप दिखा कर स्वतः शांत हो गई। एक दिन गांव के मजदूर संघ (यूनियन) ने मिल को घेरा और कुछ देर तक नारे लगाते रहे। ऐसा लगा कि कोई बड़ा उपद्रव खड़ा होगा, परंतु शीघ्र ही अपने आप शांत हो गया। जिस रास्ते से मिल के लिए गन्ना आता था उस रास्ते पर मजदूरों ने उपद्रव शुरू किया जिससे कि मिल में गन्ना न जा सके और वह उपद्रव भी अपने आप शांत हो गया।

उस गांव में शिया मुसलमानों की अच्छी खासी आबादी है और उन्हीं दिनों मुहर्रम का ताजिया निकलने वाला था। गांव में बहुत बड़ा तनाव खड़ा हो गया। मिल की भूमि के किसी एक दूरस्थ कोने में प्रतिवर्ष ताजिया लाकर दफनाए जाने का उपक्रम होता था। इस वर्ष उसी स्थान पर मिल वालों ने एक हनुमान मंदिर खड़ा कर दिया। अब ताजिये वहां नहीं जा सकते थे। मिल की अपनी भूमि थी, कोई पब्लिक स्थान नहीं। कोठारी के पूर्व जो मैनेजर थे वे मुसलमान थे और उनकी मैनेजरी में वर्षों से यही प्रथा चली आ रही थी। इस वर्ष एकाएक रोक लगा दिए जाने पर हंगामा होना स्वाभाविक था। शिविर लगने के पूर्व ही इस बात को लेकर हलचल होने लगी थी। कोठारी बदले में मिल की भूमि का कोई दूसरा टुकड़ा उन्हें स्थायी रूप से देने के लिए तैयार थे। परंतु धर्मांध भावुकता के कारण लोग मान नहीं रहे थे। जो मंदिर बन चुका उसे तोड़ा नहीं जा सकता था। मुसलमान उसी स्थान पर ताजिया दफनाने के लिए तुले हुए थे। बात बढ़ी और सरकार के ऊंची श्रेणी के कुछ पुलिस अफसर आए। बंगले पर ही उन्हें बरामदे में बैठाकर बातचीत की गई। वे मुसलमान जो बदले में दूसरी भूमि लेने के लिए कतई तैयार नहीं थे, अब मान गए और झगड़ा शांत हो गया। परंतु पूरे दिन भर एक तनाव का वातावरण तो खड़ा ही रहा। इस प्रकार एक पर एक समस्याओं का तांता लगा ही रहा। ऐसी स्थिति में उस व्यक्ति को सफलता प्राप्त करना सहज नहीं था।

ऐसी ही कठिनाइयां श्रीमती कृष्णा कुमारी कोठारी को भी रहीं। हजार मना करने पर भी साधकों की सुख-सुविधा की चिंता उसके अंतर्मन पर छाई रहनी स्वाभाविक थी। साधकों की संख्या भी बहुत अधिक थी जबकि पाखाने, नहानघर बहुत कम थे। जो भी थे वे किसी न किसी कमरे के साथ जुड़े हुए थे और नहान-पाखाना संयुक्त होने के कारण 1-1 व्यक्ति के लिए बाथरूम बहुत देर तक बंद रहता। इस प्रकार समय पर लोगों को तैयार होने में कठिनाइयां होतीं। नाश्ता और भोजन भी इतने

लोगों को देते-देते कुछ देर हो ही जाती। यद्यपि उस काम के लिए अन्य लोग नियुक्त थे, फिर भी इस बेचारी को चिंता लगी ही रहती थी। दूसरे इसमें अपार श्रद्धा और वात्सल्य भी भरा हुआ था। जब मैं खांसी और जुकाम से पीड़ित रहा तब यह किसी के साथ मिल कर बार-बार चाय, काढ़ा या कोई न कोई अन्य दवा लेकर मेरे पास पहुँची ही रहती। इन्हीं कारणों से श्री और श्रीमती कोठारी दोनों ही विपश्यना के क्षेत्र में पिछड़े रह गए। यद्यपि दोनों की श्रद्धा में कोई अंतर नहीं आया।

इस शिविर में सबसे कमजोर कड़ी वयोवृद्ध श्री शोभाराम जी रहे। उनकी मानसिक स्थिति बहुत ही अस्थिर हो चुकी है और स्मरण शक्ति तो बिल्कुल रह ही नहीं गई। सारे शिविर काल में वे शायद ही कभी 10 मिनट तक निश्चल बैठे हों। हां केवल एक बार एक अत्यंत अद्भुत घटना हुई। 5-6 दिनों तक मैंने इन्हें विपश्यना देने योग्य नहीं समझा तो इनके मन पर उदासी आने लगी। अतः इन्हें विपश्यना देनी पड़ी। उस समय एक घंटे तक न जाने किस तरह चित्त एकाग्र करके निश्चल बैठे रहे। बाद में पूछने पर बताया कि उन्हें दूर कहीं गुफा में कोई दीपक का प्रकाश दिखता रहा और उन्हें बड़ा प्रिय लगता रहा। अतः उसी में लगे रहे। न हिले, न डुले, और न ही कहीं मन भटका। लगता है उनके किसी पूर्व कर्म के प्रभाव स्वरूप ऐसी अनुभूति हुई, अन्यथा तो सारे शिविर भर ये अन्य साधकों के लिए भी एक बहुत बड़ी अपरिहार्य बाधा स्वरूप ही रहे।

**सचमुच चित्त निग्रह का काम तो युवा अवस्था में ही आरंभ किए जाने योग्य है। देर होने पर पछतावा ही हाथ लगता है। ऐसे अनेक दुर्बल वृद्धों के उदाहरण हमारे सामने मौजूद हैं और चित्त नियंत्रण की उनकी असमर्थता देखकर मन में करुणा उपजती है। इसीलिए चाहते हैं कि अधिक से अधिक प्रौढ़ अवस्था में ही लोग धर्म के मार्ग पर आरूढ़ हो जाएं।**

इस शिविर का एक अन्य महत्त्वपूर्ण साधक थे—शिव शंकर जो कि अपनी पत्नी पार्वती और विवाहिता पुत्री पुष्पा के साथ सम्मिलित होने के लिए आये थे। दूसरी ओर अपने संबंधी श्री चंपालाल जी ने भी उन्हें आग्रहभरा पत्र लिखा था और मुझे भी लिखा था कि शिविर में उनके लिए जगह अवश्य रखें। कोलकाता में शिविर समापन के समय जो खुला प्रवचन हुआ था उसमें चंपालाल के साथ शिव शंकर की बेटी पुष्पा भी आई थी और उसने स्वयं किसी शिविर में सम्मिलित होने के लिए आग्रह किया था। उसने भी अपने माता-पिता को सम्मिलित होने के लिए प्रेरित किया ही होगा।

शिव शंकर और उसकी पत्नी दोनों अत्यंत दुःखी थे। चंद्र महीनों पूर्व ही इनका इकलौता 25 वर्ष का नवविवाहित जवान लड़का मोटर दुर्घटना में मृत्युग्रस्त हो चुका था। इसके बाद दोनों के जीवन में बड़ी शून्यता आ गई, जीवन भार स्वरूप बन गया। स्वयं तो उत्तरी बिहार के मझौलिया नामक नगर में चीनी की एक बहुत बड़ी मिल के जनरल मैनेजर हैं और बिहार के मूर्धन्य मैनेजरों में गिने जाते हैं, परंतु अपने पुत्र के लिए लोहे के ड्रम बनाने की फैक्टरी बैठा रहे थे। विदेश से मशीन आ गई थी, फैक्ट्री बिल्डिंग तैयार हो गई थी, परंतु अब सारा काम बंद हो गया। अब उस ओर जाने को जी ही नहीं चाहता था। कांग्रेस के टिकट पर बिहार के MLC हैं परंतु उस ओर से भी उदासीन हो बैठे। अपनी फैक्ट्री के काम में मन नहीं लगता और दिन रात रोना ही आता है। पुत्र-दुःख का कुछ ऐसा धक्का लगा कि मस्तिष्क की कोई स्नायु दुर्बल पड़ गयी। इससे पक्षाघात तो नहीं हुआ परंतु एक ओर का हाथ निरंतर कांपने लगा। दूसरी ओर ये दोनों बड़े कट्टर शिवभक्त, रोज सुबह उनकी विधिवत पूजा करते। दूसरे-तीसरे दिन पता लगने पर पूजा रुकवाई तो बड़ा अप्रिय

लगा, क्योंकि इसी को एकमात्र सहारा मन में माने बैठे थे। उसको छुड़वा कर यह नया अनजान आदमी क्या सहारा देगा, यह आशंका मन में बनी हुई थी। मैंने देखा कि श्रीमती कानोड़िया के मन को तो यह पूजा छुड़वाना बहुत ही अधिक अखरता। इन कठिनाइयों के बावजूद दोनों काम करते रहे और बेटी सहित दोनों को बहुत अच्छी विपश्यना जगी। जितनी देर मन विपश्यना की गहराइयों में रहे उतनी देर हाथ का प्रकंपन बिल्कुल रुक जाए अथवा धीमा तो अवश्य ही पड़ जाए। इससे भी श्रद्धा बनी रही और काम करते रहे। कट्टर सनातनी होने के कारण धर्म प्रवचनों की कोई-कोई बात अखरती भी रही। परंतु अधिकांश बातें मान्य और ग्राह्य ही लगती रहीं। शिविर के अंत में इस व्यक्ति ने कहा कि मेरा खोया हुआ पुत्र तो कहां से मिलता परंतु आपने मुझे जीवन का एक नया दृष्टिकोण दे दिया जिससे मेरा दुःख अवश्य ही कम हुआ है। पति-पत्नी दोनों को मुस्कराते हुए विदा करके मन संतुष्ट प्रसन्न ही हुआ।

शिविर के 10 दिन बाद जब सरदार सिंह कोठारी के साथ मैं पटना के किसी होटल में भोजन कर रहा था कि वहीं मझौलिया का एक वकील भी भोजन करने आया। कोठारी का पूर्व परिचित होने के कारण उन्हें देखते ही तपाक से मिला और छूटते ही बोला—“कोठारीजी आपने हमारे सेठ जी को क्या दवा पिला दी, उनके तो मुँह की रौनक ही बदल गई। उनको तो जैसे फिर से जवानी मिल गई। सारी मुर्दानगी दूर हो गई। पहले जैसी उमंग के साथ ही काम में जुट गए। अभी पटना इसलिए आए हैं कि कहीं MLC के नए चुनाव में उनका नाम हटा न दिया जाए।”

ये सारी बातें सुनकर मन को अच्छा ही लगा। मेरा उनके साथ इतने दिनों में पुनः कोई संपर्क तो नहीं हो पाया। परंतु धर्म के बल पर एक बार जीवन का दृष्टिकोण बदला तो अवश्य ही तथा अब तक और भी सुधार हुआ ही होगा। वहां से विदाई के समय श्रीमती कानोड़िया और उनकी बेटी पुष्पा की आंखों में भरी कृतज्ञता मुझे स्मरण है। उन दोनों को भी अच्छा लाभ मिला।

इस शिविर में एक अन्य परिवार—श्री जगदीश प्रसाद अपनी पत्नी और दो जुड़वा बच्चों के साथ तथा अपने बड़े भाई और पिता के साथ सम्मिलित हुआ। इन सब की प्रगति अच्छी हुई। 10-12 वर्ष के बच्चों को भी विपश्यना जागी, पर वृद्ध पिता की विपश्यना कमजोर ही रही।

इस शिविर में भिक्षु शीलभद्र जो कि पहले कई शिविरों में बैठ चुके थे अपने साथ श्रामणेर बुद्धशरण को साथ लेकर आए और दोनों ही विपश्यना से लाभान्वित हुए। प्रतापगढ़ का जीतलाल अपनी पत्नी केवला और मौसा तथा मौसी के साथ आया। उन्हीं के साथ अनागारिका सुजाता भी थी। सब के सब लाभान्वित होकर ही गए। जीतलाल और उसकी पत्नी दोनों विपश्यना में और गहरे उतरे तथा संतुष्ट होकर ही गये।

शिविर प्रारंभ होने के दिन महादेव अपनी कुंवारी पुत्री शांता के साथ नेपाल से लौटकर मुजफ्फरपुर आया था और वहां शिविर का संवाद सुनकर दोनों सम्मिलित होने आए और लाभान्वित भी हुए। बाकी सारे लोग राजस्थानी थे और स्त्रियां अधिक थीं। सब के सब विपश्यना की गंगा में डुबकी लगा कर श्रद्धा विभोर हो उठे। एक और था बिहारी दुकानदार बाबूलाल शाह, जिसमें कुछ विशेष ही धर्म संवेग उमड़ा। घर के लोग बाहर गए हुए थे, दुकान संभालने वाला और कोई आदमी नहीं था। चाहता था कि पड़ोसी दुकान की चाबी ले ले और 10 दिन इसकी दुकान भी खोल दिया करे और कोई आमदनी आए तो उसे लेकर अपने पास रख लिया करे। जिस शाम को शिविर लगा, पड़ोसी इस जिम्मेदारी के लिए तैयार नहीं हुआ तो सारी रात घर पर बड़ी बेचैनी में बिताई। सुबह पड़ोसी के हजार मना करने पर भी उसके घर चाबी फेंक कर शिविर में

चला आया। इसे भी विपश्यना का अच्छा लाभ मिला।

एक राजस्थानी लड़का विद्याधर आया। बाद में पता चला कि वह किसी संन्यासी के पास कुंडलिनी योग सीखता हुआ कुछ दिनों के लिए विक्षिप्त हो चुका था। उसका पिता भी पक्षाघात का रोगी है। ऐसी अवस्था में मुझे बम्बई का एक केस स्मरण हो आया। फिरभी ऐसी मजबूरियां सामने आईं कि शिविर में आने के बाद इसे निकालना भारी हो गया। हमेशा मन में आशंका बनी ही रहती थी, परंतु अच्छा हुआ कहीं कोई उपद्रव नहीं उठा। तथापि विपश्यना देने के बाद इसके शरीर से एक दुर्गंध निकलनी आरंभ हुई। परंतु इससे कोई कष्ट नहीं हुआ बल्कि अच्छा लाभ ही हुआ। कुछ दिनों बाद बोधगया के शिविर में बैठने के लिए वह अपनी मां को लेकर पुनः आया। और जब पिछले दिनों वह बम्बई में कहीं नौकरी करने लगा तो हर रविवार को सुबह 7:30 बजे अधिष्ठान में बैठने के लिए आया करता था। हर अवस्था में उसे प्रसन्न ही देखा। बाराचकिया का शिविर आरंभ होने के समय उसकी मां कहीं बाहर गई हुई थी तो दो दिन बाद इस शिविर में सम्मिलित होने आईं। विलंब होने के कारण और स्थानाभाव के कारण भी मैंने स्वीकृति नहीं दी तो यह महिला और उसके साथ आई हुई एक अन्य महिला दोनों बहुत उदास और अश्रुमुख होकर घर लौटीं। परंतु मैं लाचार था।

इस शिविर में चकिया के दो धनी नामी व्यक्ति ईश्वर प्रसाद और तोलाराम भी बैठे। इन दोनों को धर्म से अच्छा लाभ हुआ है।

शिविर में जितनी महिलाएं बैठीं सभी को अच्छा लाभ हुआ। विपश्यना तो सभी को जगी ही, किसी-किसी को बहुत गहरी जागी, और सब की सब अत्यंत श्रद्धा बहुल और भावविभोर हुईं। पता नहीं इन महिलाओं की कैसी विचित्र पारमी थी कि सब की सब अनपढ़, कट्टर सनातनी, भजन कीर्तन में लीन रहने वाली, भक्ति भावनामयी थीं, फिर भी इस ज्ञान मार्ग की ओर आकर्षित हुईं और लाभान्वित भी। शिविर के पूर्व और एक दिन बाद भी, स्थानीय मंदिर में मेरे प्रवचन हुए जिनमें महिलाओं की ही श्रोता मंडली अधिक थी और मैं देखता था कि किस प्रकार सब की सब सद्गम की ओर तीव्रता पूर्वक आकर्षित हुई थीं। यद्यपि मेरे दोनों ही प्रवचनों में धर्म के मंडनात्मक स्वरूप के साथ-साथ अंधश्रद्धामय भक्ति पर गहरा खंडनात्मक आघात था। परंतु यह इनमें से किसी को भी अप्रिय नहीं लगा। न जाने सद्गम के प्रति उनके मन में कौन से जन्म की गहरी आस्था समाई हुई थी कि मेरी कड़वी से कड़वी बात भी इन्हें कल्याणकारी ही लगी। जो शिविर में सम्मिलित हुईं वे तो प्रभावित हुईं ही, जो नहीं हो पाईं उनके मन में भी पछतावा ही अधिक रहा।

इस शिविर की सबसे बड़ी सफलता तो शोभाराम जी की धर्मपत्नी मोहिनी देवी को हुई। वहां गुरुजी के पास आश्रम में भी इसे भवंग की गहरी अनुभूति हुआ करती थी। यहां भी ऐसा ही हुआ। यह इस शिविर का बहुत अच्छा लाभ उठा सकी। अच्छे-अच्छे साधकों को सामने बैठा कर साधना कराने में थोड़ी या बहुत अप्रिय प्रतिक्रिया सहनी ही पड़ती है। परंतु यह एक ऐसी साधिका थी, जिसकी साधना की लहरियां अत्यंत इष्ट थीं, शांतिप्रद थीं। और इस बुढ़िया में जितना गहरा मातृत्व उतनी ही गहरी श्रद्धा समाई हुई थी। इसे देखकर अनेक जन्मों का सान्निध्य महसूस होने लगता। अपूर्व पुण्य पारमिता है- इस धर्म हृदय साधिका की। इसके भविष्य के प्रति मन पूर्णरूप से आश्चर्य हुआ।

महिलाओं में इस शिविर की सबसे कमजोर महिला रही श्री शोभाराम जी की पुत्रवधू, जिसका चैतन्य बहुत ही कम जागा। बाकी सब की सब संतुष्ट एवं प्रसन्न ही हुईं।

मुझे लगा कि यह सारा प्रदेश भगवान बुद्ध की विचरण भूमि रहा है।

कोई आश्चर्य नहीं कि ये सब महिलाएं अपने किसी पूर्व जन्म में सद्वर्त्म के संपर्क में आई हों और अब इनकी प्रगति का समय पका हो। बाराचकिया का शिविर अभूतपूर्व अनुभवों का शिविर रहा। एक तो इतनी बड़ी संख्या में साधकों को संभालना और फिर उन साधकों में भी एक ओर अत्यंत अनपढ़ परंतु भावुकताबहुल और दूसरी ओर अत्यंत मेधावी और तर्क संपन्न, विभिन्न प्रकार के लोगों का भिन्न-भिन्न अनुभव। कहीं किसी साधिका को अपने इष्ट देव के दर्शन हो रहे हैं और इस कारण वह इतनी भाव विह्वल हो रही है कि उसमें से उसे निकालना मुश्किल हो रहा है तो कहीं किसी को दिव्य ज्योति के दर्शन हो रहे हैं अथवा अनहद नाद का श्रवण हो रहा है और इसे मील का पत्थर अथवा बीच की धर्मशाला बताकर इस दलदल में से बाहर निकालने का कठिन प्रयास करना पड़ रहा है। कहीं कोई रोगी अपने रोग से व्याकुल है तो कहीं कोई वहमी अपने वहम से। इतने विचित्र लोगों के इस समूह को सद्वर्त्म की ओर निर्देशित करना अपने आप में एक नया अनुभव रहा।

तुम्हारा अनुज,

सत्य नारायण गोयन्का.

00000000000000000000000000000000

### नये उत्तरदायित्व वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्रीमती विद्याताई तायडे, धुळे
2. श्री. वसंतराव कराडे, कोल्हापूर

### नव नियुक्तियां सहायक आचार्य

1. श्री सुखदेव शं. राजत, अमरावती
2. श्री मकरंद दामले, पुणे
3. श्री दिलीप शिवशरण, कल्याण (प.) मुंबई
4. श्री कीर्ति गाला, मुंबई
5. श्रीमती सुधीश कुमारी, शिमोगा, कर्नाटक

6. श्रीमती अनीता बालकृष्णा, बैंगलोर

### बालशिविर शिक्षक

1. डॉ. मेघ सिंह, ग्वालियर
2. श्री संघ प्रिय गौतम, गाजियाबाद
3. श्रीमती पुष्पलता गौतम, मथुरा
4. श्री विनय गोपाल भंडारी, धुळे
5. श्री ताराचंद मराठे, नंदुरबार
6. श्री सुभाष आठवले, धुळे
7. श्रीमती रेशमा आठवले, धुळे
8. श्री गिरीश बडगुजार, नंदुरबार
9. श्रीमती स्वीटी कुशवाह, वड़ोदरा
10. Ms Helena Anliot, Sweden

## ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोरार्ड, मुंबई में महाशिविर प्रारंभ

### एक दिवसीय महाशिविर (Mega Course) कार्यक्रम:

- (1) रविवार- 15 मई, 2022 बुद्ध पूर्णिमा,
- (2) रविवार- 17 जुलाई, आषाढ़-पूर्णिमा (धम्मक्कपवत्तन दिवस) तथा
- (3) रविवार 9 अक्टूबर को शरद-पूर्णिमा तथा पूज्य गोयन्काजी की पुण्यतिथि के रूप में महा शिविरों के आयोजन निर्धारित हैं।

इनके अतिरिक्त विपश्यना साधकों के लिए पगोडा में प्रतिदिन एक दिवसीय शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। कृपया शामिल होने के लिए लिंक का अनुसरण करें और एक बड़े समूह में ध्यान करने के अपार सुख का लाभ उठाएं—सम्मगान तपोसुखो। संपर्क: 022-2845 1170, 022-6242 7544- Extn. no. 9, मो. 82918 94644. (प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक) Online registration: <http://oneday.globalpagoda.org/register>

## अति महत्त्वपूर्ण सूचनाएं

1. सेंट्रल आईवीआर (इंटरैक्टिव वॉयस रिसॉस) 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।

00000000000000000000000000000000

## अन्य सूचनाएं

विश्वभर के सभी भावी शिविरों की जानकारी एवं आवेदन के लिए साधक निम्न वेबसाइटों का उपयोग कर सकते हैं:- <https://schedule.vridhamma.org> एवं [www.dhamma.org](http://www.dhamma.org)

00000000000000000000000000000000

## 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)

00000000000000000000000000000000

## 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 मँगाकर पढ़ें और संबंधित व्यवस्थापक के पास आवेदन-पत्र भेजकर वहां से स्वीकृति-पत्र मँगा लें।
- 2- एक दिवसीय, लघु/स्वयं शिविर: केवल पुराने साधकों के लिए, जिन्होंने दस दिन का विपश्यना शिविर पूरा किया हो।
- 3- सतिपट्टान शिविर: कम से कम तीन शिविर किये साधकों के लिए, जो कि विगत एक वर्ष से नियमित और गंभीरतापूर्वक दैनिक अभ्यास करते हैं। (लघु एवं सति. शिविर का समापन अंतिम तिथि की सायं 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: पाँच सामान्य शिविर, एक सतिपट्टान शिविर किये और एक दस-दिवसीय शिविर में सेवा दिये हुए साधकों के लिए, जो कि विगत दो वर्षों से नियमित दैनिक अभ्यास करते हैं 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।) (जहाँ 30 व 45 दिन के साथ होंगे, वहाँ आनापान— 10 दिन की, और जहाँ केवल 45 दिन का वहाँ 15 दिन की होंगी।)
- 7- 45 दिवसीय शिविर: जिन्होंने दो 30 दिवसीय शिविर किये हों एवं धर्मसेवा दिये हों।
- 8- 60 दिवसीय शिविर: केवल सहायक आचार्यों के लिए जिन्होंने दो 45 दिवसीय शिविर किये हुए हैं।
- 9- विशेष 10-दिवसीय शिविर: पाँच सामान्य शिविर, एक सतिपट्टान शिविर किये और एक दस-दिवसीय शिविर में सेवा दिये हुए साधकों के लिए, जो कि विगत दो वर्षों से नियमित दैनिक अभ्यास करते हैं 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 फॉर्मट 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 'शिविर' में सम्मिलित होने के लिए केवल एक सतिपट्टान 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 अर्थात् सुबह 10 बजे से सायं 5 बजे तक), फैक्स: 244176. Email: [info.giri@vridhamma.org](mailto:info.giri@vridhamma.org), बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं। दस-दिवसीय: 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, 0 सतिपट्टान: 6 से 14-10, धम्मसेवक तथा ट्रस्टी कार्यशाला: 15 से 16-10, 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, विशेष दस-दिवसीय: 13 से 24-7,

### धम्मगिरि : इगतपुरी, लघु शिविर क्षेत्र

किशोरों का शिविर: 19 से 27-4, 24-5 से 1-6, 21 से 29-7, 22 से 30-9, 22 से 30-11, किशोरों का शिविर: 13 से 21-5, 22 से 30-6, 23 से 31-8, 22 से 30-10, 27-12 से 4-1-2023,

(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। • जहाँ केंद्र है, उस क्षेत्र के लोग वहीं 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)

0 सतिपट्टान: 27-6 से 5-7, विशेष दस-दिवसीय: 24-9 से 5-10, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 9 से 30-7, 30-दिवसीय: 8-5 से 8-6, 4-8 से 4-9, 45-दिवसीय: 8-5 से 23-6, 4-8 से 19-9, 21-12 से 5-2, 60-दिवसीय: 11-10 से 11-12,

### धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

दस-दिवसीय एकजीव्युटिव शिविर: 29-10 से 9-11, विशेष दस-दिवसीय: 27-4 से 8-5, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 12-5 से 2-6, 1 से 22-10, 30-दिवसीय: 7-6 से 8-7, 12-11 से 13-12, 45-दिवसीय: 7-6 से 23-7, 60-दिवसीय: 29-7 से 28-9, 17-12 से 16-2,

### धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरिवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केन्द्र, एसेल वर्ल्ड के पास, गोरार्ड खाड़ी, बोरिवली (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); Email: [info.pattana@vridhamma.org](mailto:info.pattana@vridhamma.org), Website: [www.pattana.dhamma.org](http://www.pattana.dhamma.org), दस-दिवसीय एकजीव्युटिव शिविर: 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, 0 सतिपट्टान: 1 से 9-8, 3-दिवसीय: 12 से 15-8,

Email: registration\_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/sched-ules/schpattana.shtml ; विशेष सूचना: "धम्मपत्तन" विषयना केंद्र में केवल 90 साधकों के लिए स्थान हैं। अतः सभी साधकों से नम्र निवेदन है कि जिन्हें शिविर के लिए स्वीकृति पत्र दिया जाय, वे ही आएं और जिन्हें स्वीकृति नहीं दी जा सकती, वे कृपया किसी प्रकार का आग्रह (दुराग्रह) न करें। • कृपया अपना आपात्कालीन फोन-संपर्क (भले पास-पड़ोस का) अवश्य लिखें।

**ग्लोबल विषयना पगोडा, गोरार्ड 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 कोसेंज (महाशिविर) भी आरंभ हो गये हैं।** तिथियों के लिए ऊपर बाक्स में लिखा विवरण 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।

**आगतुकों के लिए लघु आनापान शिविर**

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

**धर्मावपुल : बलापुर (नवा मुंबई)**

प्लॉट नं. 91 ए, सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलपूर, (पारसीक हिल, सीवूड दारवे रेलवे स्टेशन के नजदीक हवर लाईन) 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: 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: दूर रोज प्रातः 9 से रात 9 तक, (साधक अपने समायानसार आकर ध्यान कर सकते हैं);

**धम्मवाहिनी : टिटवाला**

**मुंबई परिसर विषयना केंद्र**, गांव हंडे, 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: 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, ० सतिपट्टन: 11 से 19-6, विशेष दस-दिवसीय: 20 से 31-8, ∞ दीर्घ-शिविर: 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. रे.**

**धम्मसरिता विषयना केंद्र**, जीवन संस्था मंगल संस्थान, मातोश्री बुद्धश्रम, सौरावली, 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: 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, किशोरियों का शिविर: 3 से 11-5, किशोरों का शिविर: 14 से 22-5, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़कियां) 25 से 26-5, (केवल लड़कियां) 28 से 29-5.

**धम्मवाटिका : पालघर**

**पालघर विषयना केंद्र**, गट नं. 198-2/ए, अत्याली क्रिकेट ग्राउंड के पीछे, अत्याली, पालघर-401404, संपर्क: 1) 9637101154, 2) श्री इराणी, मो. 9270888840, Email: info@vatika.dhamma.org, Website: vatika.dhamma.org, दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 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) 23-4 से 4-5, 8 से 19-6, 5 से 16-9, 12 से 23-11, 10 से 21-12, ० सतिपट्टन: (केवल पुरुष) 21 से 29-8.

**धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)**

**पुणे विषयना केंद्र**, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) मरकल गांव के पास, आलंदी से 8 कि.मी. दस-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 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, ० सतिपट्टन: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 29-10 से 6-11, 3-दिवसीय: 5 से 8-5, 4 से 7-8, 20 से 23-10, संपर्क: पुणे विषयना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; टेली-फैक्स: 24464243.

**धम्मपुष्पा : पुणे शहर (स्वारागेट)**

**पुणे विषयना समिति**, नेहरू स्टेडियम के सामने, स्वारागेट वॉटर वर्क्स के पीछे, आनंद मंगल कार्यालय के पास, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org, दस-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 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) 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, ० सतिपट्टन: 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)

**विशेष 10-दिवसीय**

27-4 से 8-5-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 से 12-6-2022	धम्मसत्त - 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	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
19 से 30-7-2022	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
2 से 13-8-2022	धम्मअजय - चंद्रपुर (महाराष्ट्र)
9 से 20-8-2022	धम्मभाण्डर - 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
24-9 से 5-10-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 से 17-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
9 से 20-10-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
11 से 22-10-2022	धम्मपट्टन - 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	धम्मपुष्पज - चूरू (राजस्थान)
28-12 से 8-1-2023	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 8-1-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 10-6-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)

**कृतज्ञता शिविर**

1 से 16-2-2023	धम्मदिवकर - मेहसाणा (गुजरात)
2 से 17-2-2023	धम्मपाटलिपुत्र - पटना (बिहार)
2 से 17-2-2023	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)

2 से 17-2-2023

**दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)**

**20-दिवसीय**

19-4 से 10-5-2022	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
4 से 25-5-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुन सागर (तेलंगाना)
4 से 25-5-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
12-5 से 2-6-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 से 22-6-2022	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
9 से 30-7-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
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	धम्मपट्टन - 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	धम्मसुवली - श्रावस्ती (उ. प्र.)
13-8 से 3-9-2022	धम्मदिवकर - 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	धम्मपाट - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
1 से 22-10-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 से 27-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
27-10 से 17-11-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
28-10 से 17-11-2022	धम्मसरोवर - चुळे (महाराष्ट्र)
28-10 से 18-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
25-11 से 16-12-2022	धम्मपाटलिपुत्र - पटना (बिहार)
1 से 22-12-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
2 से 23-12-2022	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
28-12 से 18-1-2023	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 18-1-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 20-6-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)

**30-दिवसीय**

4-5 से 4-6-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
4-5 से 4-6-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-5 से 8-6-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
28-5 से 28-6-2022	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
1-6 से 2-7-2022	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
7-6 से 8-7-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
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	धम्मदिवकर - मेहसाणा (गुजरात)
4-8 से 4-9-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
16-8 से 16-9-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
28-8 से 28-9-2022	धम्मपट्टन - 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 - नागार्जुनसागर (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)
12-11 से 13-12-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
20-11 से 21-12-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
2-12-2022 से 2-1-2023	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
15-12 से 15-1-2023	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
28-12 से 28-1-2023	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 से 28-1-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 से 30-6-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)

**45-दिवसीय**

8-5 से 23-6-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-6 से 17-7-2022	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
7-6 से 23-7-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
4-8 से 19-9-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
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	धम्मसुवली - श्रावस्ती (उ. प्र.)
26-10 से 11-12-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
27-10 से 12-12-2022	धम्मपट्टन - 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 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
15-12 से 30-1-2023	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
21-12 से 5-2-2023	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-1-2-22 से 16-2-2-23	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
31-5-2024 से 15-7-2024	धम्मसत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)

**60-दिवसीय**

29-7 से 28-9-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
11-10 से 11-12-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
17-12 से 16-2-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)

**धम्मअजन्ता : औरंगाबाद (महाराष्ट्र)**

अजन्ता अंतर्राष्ट्रीय विषयना समिति, गट नं. 45 रामपुरी, वैजापुर रोड, औरंगाबाद-431003. संपर्क: फोन: (0240) 2040444, मोबाईल: 94222-11344, 99218-17430. Email: info@dhammaajanta.org; दस-दिवसीय: 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 25-5 से

5-6, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, किशोरों का शिविर: 16 से 24-5.

**धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)**

जानेया विषयना साधना केंद्र, डेवरागांव जलसुद्धिकरण केंद्र के पास, न.पु. पो. तिली, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) (केंद्र खाने के लिए "पाच केंद्री" के पास "अरे प्रजाव लॉज" पहुंचें। वहां से तिली गांव के लिए ऑटोरिक्षा मिलते हैं।) **दस-दिवसीय:** 8 से 19-5, 22-5 से 2-6, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 17 से 25-8, 14 से 25-8, 18 से 19-9, 9 से 20-10, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, **० सतिपट्टान:** 19 से 28-6, 31-7 से 9-8, 18 से 27-12, **2-दिवसीय:** 4 से 6-5, 27 से 29-8, 2 से 4-10, # **1-दिवसीय बाल-शिविर:** 1-5, 21-10, 29-12, 30-12, **० दीर्घ-शिविर:** 20-दिवसीय: 28-10 से 17-11, **संपर्क:** डॉ. देवेंद्र, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

**धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर**

धम्मसिद्धपुरी विषयना केंद्र, ऑफिस विजापुर रोड, भाटेगाव के पास, सोरगाव - डोगाव का रास्ता, सोरगाव से 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, पिन. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, **संपर्क:** 1) श्री समाट पाटील, मोबा. 7620592970, 9011908000, 2) श्री भालदर उकटे, मोबा. 9860759866, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 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) 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:** 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)**

**दुक्खिन विषयना अनुसंधान केंद्र,** (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हलकनगले (रेलवे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: **संपर्क:** मोबा. 97674-13332, 969793332, 7420943232, **दस-दिवसीय:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) (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) 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, **० 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 विषयना केंद्र, माहुद्वारी गांव, नागपुर-कलमेश्वर रोड के पास. Email: info@naga.dhamma.org, **संपर्क:** मोबा. 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) **दस-दिवसीय:** 20-4 से 1-5, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-10, 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:** 19 से 22-12, **1-दिवसीय:** 16-5, **किशोरियों का शिविर:** 3 से 11-5, **किशोरों का शिविर:** 4 से 16-6, 24-12

**विशेष दस-दिवसीय:** 6 से 17-4, **संपर्क:** सचिव, कल्याणगिरि चैरिटेबल ट्रस्ट, अयंकर स्मारक भवन, अयंकर रोड, घणोली, नागपुर-440012. फोन: 0712-2458686, 24202611. (सभी प्रवेश-व्यवहार इन्फो पते पर करें)

**धम्मसुगीत : सुगतपुर (नागपुर)**

विषयना साधना केंद्र, सुगतपुर, नागपुर-14, फोन नं. (0712)2630115. **दस-दिवसीय:** (महिला एवं पुरुष) 1 से 12-6, 6 से 17-7, 3 से 14-10, 20 से 31-12, (केवल महिला) 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:** 24 से 27-11, **किशोरों का शिविर:** 4 से 11-5, **किशोरियों का शिविर:** 21 से 29-5, **1-दिवसीय:** 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, **3- 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:** 14-10, 6-12, हर रविवार प्रातः 8 से 9; **3- बाल आनायाना:** हर रविवार प्रातः 8 से 8:45, **आनायान सामू. साधना:** हर रविवार 6 से 7, **संपर्क:** 1) श्री सुलदेव नारनवे, मोबा. 9422129229, 8999247556, 2) श्री कमलेशा चहंदे, मोबा. 9373104305, 9028585858.

**बुलडाणा (पंगरी): विषयना चैरिटेबल ट्रस्ट, बुलडाणा। दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 11 से 22-6, 13 से 24-8, 8 से 19-10, 10 से 21-12, (केवल महिला) 14 से 25-5, 9 से 20-7, 10 से 21-9, 12 से 23-11, **संपर्क:** 1) 7057220147, 9860143266, 9850043001.

**धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)**

विषयना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिंपलगवां बायपास, यवतमाल - 445001, **दस-दिवसीय:** (महिला एवं पुरुष) 19 से 30-4, 2 से 13-5, (केवल भिक्षु एवं पुरुष 29-6 से 10-7), 18 से 29-7, (केवल भिक्षु 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, **० सतिपट्टान:** (भिक्षु एवं पुरुष) 18 से 26-5, (पुरुष एवं महिलाएं) 23 से 31-10, **3-दिवसीय:** 23 से 26-6, **किशोरों का शिविर:** 6 से 14-6, **1-दिवसीय:** 17-4, 16-5, 17-6, 13-7, 28-8, 21-9, 20-11, 25-12, **3- बाल-शिविर:** (केवल लड़के) 28 से 29-5, (केवल लड़कियां) 18 से 19-6, (मिाल उपक्रम के साथ 17-7), 14-8, 25-9, 4-12, **विशेष दस-दिवसीय:** 16 से 27-8, **संपर्क:** 1) श्री ई. डी. गडगल, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भागत, मोबा. 9423432475, 3) देवेंद्र मेश्राम 9822235527.

**संतुक्त-पिंपरी (हिंदी):** स्थान: संतुक्त-पिंपरी डा. बगडीया फार्म हाऊस, **संपर्क:** मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 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) 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, **संपर्क:** डा. संग्राम जांघडे, मोबा. 9422189318, श्री हुनमते साहेब, मोबा. 9422660954, श्री संगाजी राजट, मोबा. 8805993640.

**धम्म अमरावती : लुंबिनी, मीरगाव**

विषयना केंद्र, लुंबिनी मीरगाव, पो. भानखेडा, जि. अमरावती **संपर्क:** 1) श्री किशोर देशमुख मोबा. 9370585203, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, 3) श्री धम्मदीप गवई 7066126154, **दस-दिवसीय:** (पुरुष तथा महिला) 22-6 से 3-7, 17 से 28-8, 14 से 25-9, 7 से 18-10, 14 से 25-12, **० सतिपट्टान:** 9 से 17-11, **1-दिवसीय:** 3-7, 28-8, 25-9, 18-10, 25-12, **धम्मसेवक कार्यशाला:** 8-5

**चिटकी (वर्धा): धम्मकुटी विषयना केंद्र, चिटकी,** पूर्णगाव, पो. कवठा, ता. देवकी, जि. वर्धा, **दस-दिवसीय:** 26-10 से 6-11, 24-11 से 5-12, 20 से 31-12, **संपर्क:** श्री खंडारे, मोबा. 07158284372.

**तुमसर (भंडारा): दस-दिवसीय:** 30-11 से 11-12, 20 से 31-12, **3- बाल-शिविर:** 9-11, 11-12, **स्थान:** बुद्धविहार अंग्रेज वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, **संपर्क:** 1) श्री डोंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चौरे, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडगे, मोबा. 096236-68240,

**रोहगागांव: (पवनी, भंडारा): दस-दिवसीय:** 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, **० सतिपट्टान:** 17 से 25-9, **3-दिवसीय:** 27 से 30-4, 12 से 15-9, **स्थान:** विद्युधम्मगी विषयना चैरिटेबल ट्रस्ट, च्यारा संचालित - धम्मपवन विषयना केंद्र, रोहगा गांव (पवनी) जि. भंडारा, **संपर्क:** 1) श्री शैलेश कांबडे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेके, मोबा. 9223349183.

**धम्म भंडार : भंडारा (महाराष्ट्र)**

विषयना केंद्र, राहूल कॉलनी, रेलवे लाइन के पास, सहकर नगर, भंडारा 441904, **दस-दिवसीय:** 19 से 30-7, 6 से 17-9, 11 से 22-10, 15 से 26-11, 7 से 18-12, **० सतिपट्टान:** 3 से 11-11, **1-दिवसीय:** 24-4, 16-5, 19-6, 21-8, 25-9, 27-11, 18-12, # **2-दिवसीय बाल-शिविर:** 1 से 2-5, # **1-दिवसीय बाल-शिविर:** 26-4, 10-5, 24-5, 14-6, 28-6, 31-7, 25-8, 9-10, 25-12, **विशेष दस-दिवसीय:** 9 से 20-8, **संपर्क:** सलूना, 09423673572, चौर 9890441071, विनोद, 9422833002.

**धम्म निरंजन : नांदेड**

विषयना साधना केंद्र, नई डंकी (गोदावरी नदी के किनारे) नांदेड, **संपर्क:** 1) श्री दुहितेले, मोबा. 9423148636, 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 15 से 26-6, 7 से 28-8, 16 से 27-11, (पुरुष एवं महिलाएं) 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 30-11 से 11-12, (केवल पुरुष) 6 से 17-7, 5 से 16-10, 14 से 25-12, **० सतिपट्टान:** 30-7 से 7-8, **3-दिवसीय:** 9 से 12-6, 27 से 30-10, **2-दिवसीय:** 22 से 24-7, 30-9 से 2-10, **1-दिवसीय:** 8-5, 22-5, 5-6, 3-7, 14-8, 23-10, 13-11, # **3-दिवसीय बाल-शिविर:** (केवल लड़के) 1 से 4-11, (केवल लड़कियां) 6 से 9-11, # **2-दिवसीय बाल-शिविर:** (केवल लड़कियां) 22 से 24-4.

**धम्म वसुधा : हिरवार, वर्धा**

विषयना केंद्र, हिरवार पोस्ट इन्डस्ट्री, ता. सेतु, जि. वर्धा, Email: dhammavasudha@gmail.com, 100 सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015, मोबा. **दस-दिवसीय:** 7 से 18-10, 9 से 20-11, 30-11 से 11-12, **1-दिवसीय:** 16-5, 13-7, 29-9, **संपर्क:** 1) श्री बंते, 9326732550, 9326732547, 2) श्री कावडे, मोबा. 9890309738.

**धम्मअनाकुल : खापरखेडा फाटा, तेलहारा (अकोला)**

विषयना साधना केंद्र, खापरखेडा 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-दिवसीय:** (पुरुष तथा महिला) 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, **० सतिपट्टान:** 20 से

28-4, 1 से 9-10, **3-दिवसीय:** 28 से 31-7, **2-दिवसीय:** 1 से 3-5, 13 से 15-9, **1-दिवसीय:** 17-4, 16-5, 26-6, 14-8, 29-9, 22-10, 4-12, 31-12, **किशोरों का शिविर:** 1 से 9-6, **किशोरियों का शिविर:** 21 से 29-5, # **1-दिवसीय बाल शिविर:** 24-7, 28-8, 20-11, 18-12, **संपर्क:** 1) विषयना चैरिटेबल ट्रस्ट, सोरगाव, फोन: 95798-67890, 98812-04125, 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970. **कोटंबा (यवतमाल): दस-दिवसीय:** (पुरुष तथा महिला) 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, 22-12 से 8-11, 11 से 22-12, **1-दिवसीय:** हर रविवार सुबह 8 से 3 तक **संपर्क:** धम्मयुग्मि विषयना चैरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाल-445001. मोबा. 9822896453, 9067788418, 9421775372, 9890429314, 9175622575.

**मलकापुर:** (अकोला) **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 2 से 13-6, 24-11 से 5-12, (केवल पुरुष) 4 से 15-5, **० सतिपट्टान:** (केवल महिलाएं) 13 से 21-8, **3-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 10 से 13-11, **स्थान:** भद्रानंद निवास, राजरतन कॉलोनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001, मोबा. 9421937014, **संपर्क:** 1) श्री तायडे, मोबा. 9421794874, 2) श्री आवठले, मोबा. 9404092468.

**पातुर:** (अकोला) विषयना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातुर जि. अकोला - 444501, **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 19 से 30-5, 19 से 30-7, 22-9 से 2-1, (केवल पुरुष) 19 से 30-4, 21 से 2-7, 10 से 21-10, **० सतिपट्टान:** (केवल पुरुष) 25-8 से 2-9, (केवल महिलाएं) 9 से 17-12, (केवल भिक्षु) 15 से 23-11, **संपर्क:** 1) श्री जगन्नाथ गवई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803.

**धम्मजलगांव : जलगांव**

विषयना केंद्र, गट नं. 99/12, मैत्री हिल्स अर्जिज रोड, उमाळ गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, **संपर्क:** श्री सुभाष तलेजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, **संपर्क:** 7588436222, 8421532276, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 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) 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, **० सतिपट्टान:** (केवल पुरुष) 27 से 22-10, **3-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 27 से 30-10, (केवल महिला) 28 से 31-7.

**धम्मअजय : चंद्रपुर (महाराष्ट्र)**

विषयना साधना केंद्र, ग्राम - अजयपुर, पो. चिचपल्ली, मुल रोड, चंद्रपुर, Online Registration - Website - www.ajaya.dhamma.org, Email: dhammaajaya@gmail.com, **संपर्क:** 1) श्री, बाबुराव शिंदे मोबा. 9422572216, 2) मिलिंद घडगे, सुगतपुर, नागाबाग वाई, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, **दस-दिवसीय:** 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, **० सतिपट्टान:** 20 से 28-9, **किशोरियों का शिविर:** 4 से 12-6, **2-दिवसीय:** 15 से 17-8, # **बाल-शिविर:** (केवल लड़के उम्र 8 से 12 वर्ष) 28 से 30-4, (केवल लड़कियां उम्र 8 से 12 वर्ष) 1 से 3-5, **1-दिवसीय मेघा:** 16-5, 13-7, 29-9, **1-दिवसीय:** 24-4, 16-10, 4-12, **विशेष दस-दिवसीय:** 2 से 13-8.

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

**धम्मदस : चिचोली, हिंदीगोली**

**धम्मदस-विषयना केंद्र,** चिचोली, ता. हिंदीगोली, जि. हिंदीगोली, **संपर्क:** मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 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) 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.

**धम्मसुखी : भोसे (सांगली)**

सांगली विषयना 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/schugandha, **संपर्क:** 1) डॉ. अमीत पाटिल, मोबा. 9222161236, 2) श्री संजय चौलू, मोबा. 7249711008, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) **2-दिवसीय:** (1-दिवसीय): हर माह पहले रविवार, **स्थान:** निशिषी मालवाडी, पो. भिखवाडी, ता. पुरगाव, जिला: सांगली (1-दिवसीय): हर माह दूसरे रविवार # **बाल-शिविर:** हर माह तीसरे रविवार (8 से 15 वर्ष) सुबह 9 से दोपहर 3 तक **स्थान:** मानव राहत ट्रस्ट, तीसरी मंजिल, सिविल हॉस्पिटल के पास, सांगली

**जयपुर एवं पूर्वोत्तर भारत धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)**

राजस्थान विषयना केंद्र, पो.बॉ. 208, जयपुर-320021, **पंजीकरण संपर्क:** मोबा. 99-99301-17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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, 30-10 से 11-12, 22-12 से 2-1-2023, **० सतिपट्टान:** 7 से 15-11, 19 से 27-7, 12 से 28-12, **विशेष दस-दिवसीय:** 19 से 30-6, 9 से 20-11, **० दीर्घ-शिविर:** 20-दिवसीय: 28-10 से 18-11, **30-दिवसीय:** 28-10 से 28-11.

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

विषयना केंद्र, ग्राम रेवत (केडेल), पूर्वसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर, मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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, **० सतिपट्टान:** 12 से 20-10, 13 से 21-12, **किशोरों का शिविर:** 1 से 9-6, # **बाल शिविर 2-दिवसीय:** 13 से 15-8, **विशेष दस-दिवसीय:** 20 से 31-8, **० दीर्घ-शिविर:** 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. 098290028275, Email: corporate@tosh-con.com, फैक्स: 0145-2787131.

**धम्ममरुहर : जोधपुर (राजस्थान)**

विषयना साधना केंद्र, लहरीया रिसोर्ट के पीछे, अद्याल विज्ञान सत्यां केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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, **० सतिपट्टान:** 28-5 से 5-6, 8 से 16-10, 23 से 31-12, **3-दिवसीय:** 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 नेमी

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, 0 सतिपद्युन: 29-10 से 6-11, किशोरों का शिविर: 28-5 से 5-6, किशोरियों का शिविर: 11 से 19-6,

**धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)**

विषयना ध्यान समिति, लाहली रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानोटा, जिला: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. **दस-दिवसीय:** 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 विषयना ट्रस्ट, गाँव आनंदगढ़, पो. मेहलांवाली जिला-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dharma.dhamma.org. **दस-दिवसीय:** 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, 0 सतिपद्युन: 5 से 13-11.

**धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)**

हिमाचल विषयना केंद्र, धरमकोट मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिला- कांगड़ा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (पंजीकरण के लिए फोन सांय 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 0 सतिपद्युन: 15 से 23-11, 3-दिवसीय: 23 से 26-11,

**धम्मालद : लोह-लद्वख (जम्मू-कश्मीर)**

विषयना साधना केंद्र, लद्वख, (लोह से 8/9 कि. मी.) संपर्क: श्री लोभनग विसुद्धा, एनएच ट्रंक, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. **दस-दिवसीय:** 2022. हर माह: 1 से 12 तथा 16 से 27 (सतिपद्युन आदि छोड़कर). 0 सतिपद्युन: 16 से 24-9, 3-दिवसीय: 25 से 28-9, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 9:00 से 1-दिवसीय: हर माह दुसरे रविवार. Email: lvissuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org.

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

देहरादून विषयना केंद्र, जनतनवाला गाँव, देहरादून कैंट तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, 70783-98566. Email: reg.dhammasalila@gmail.com; **दस-दिवसीय:** 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 8-8, 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, 0 सतिपद्युन: 14 से 22-8, 7 से 15-10, 3-दिवसीय: 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.

**धम्मलखणज : लखनऊ (उ. प्र.)**

विषयना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शी का तालाब, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारम्भ के दिन दोपहर 2 से 3 तक बक्शी का तालाब रेलवे क्रॉसिंग से वाहन सुविधा उपलब्ध) Email: info@lakkhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453211879. **दस-दिवसीय:** 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, 0 सतिपद्युन: 19 से 27-10, 3-दिवसीय: 28 से 31-10, 2-दिवसीय: 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, 0 विशेष दस-दिवसीय: 19 से 30-7, 20-दिवसीय: 2 से 23-12, 30-दिवसीय: 2-12-22 से 2-1-23, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मृदुला मुंकेषा, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

**धम्मसुवन्दी : श्रावस्ती (उ. प्र.)**

जेतवन विषयना साधना केंद्र, कटवा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कालेज के सामने, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375. Email: info@suvathi.dhamma.org. **दस-दिवसीय:** 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 13-9, 2 से 13-10, 2 से 13-11, 2 से 13-12, 2 से 13-1-2023, 0 सतिपद्युन: 29-8 से 6-9, 14 से 22-12, # बाल शिविर: (8 से 12 वर्ष लड़के, तथा 8 से 16 वर्ष लड़कियाँ) 24 से 27-12, (12 से 16 वर्ष केवल लड़के) 28 से 31-12, 0 दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 8 से 29-9, 45-दिवसीय: 15-10 से 30-11, संपर्क: 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री मुरली मनोहर, मातल हेलीया मोबा. 094150-36896.

**धम्मचक्रु : सारनाथ (उ. प्र.)**

विषयना साधना केंद्र, खरगीपुर गाँव, पो. पियरी, चौबेपुर (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारनाथ यूजिसम से ऑनलाइन 100/- है।) **दस-दिवसीय:** 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, 0 सतिपद्युन: 2 से 10-10, 3-दिवसीय: 28 से 31-8, 1-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार. सुबह 9 से सांय 4 तक, 0 दीर्घ-शिविर: 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 विषयना साधना केंद्र, ग्राम- धूरिया भाट, बनवाही 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, द्वार- आरोय मंदिर, गोरखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599453.

**धम्मकल्याणज : कानपुर (उ. प्र.)**

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विषयना साधना केंद्र, बेड़ी छा, एम. पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशन से 23 कि। मी.) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (बिना बुकिंग प्रवेश बिलकुल नहीं) **दस-दिवसीय:** 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 से 31-9, 5 से 16-10, 20 से 31-10, 5 से 16-11, 5 से 16-12, 20 से 31-12, 0 सतिपद्युन: 22 से 30-11, 3-दिवसीय: 1 से 4-9, किशोरियों का शिविर: 24-5 से 1-6, एक-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सांय 5 तक, # बाल शिविर 3-दिवसीय: (8 से 12 वर्ष) 1 से 4-6, 0 दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20-11 से 1-12-22,

**धम्मसेतु : मेरठ (उ.प्र.)**

विषयना केंद्र, पुलिस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफर गुरुद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ-250002, कार्यालय संपर्क: फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, 10-दिवसीय: 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: 1 से 4-9, 17 से 20-10, 1 से 4-12,

**धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)**

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विषयना साधना केंद्र, माधव विश्वविद्यालय के समीप, पो. माधव विश्वविद्यालय, गया-बोधी 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 12-5, 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 से 1-10, 1 से 12-11, 16 से 27-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 0 सतिपद्युन: 18 से 26-10, विशेष दस-दिवसीय: 6 से 17-10, 0 दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 1 से 22-8, 6 से 27-10, 30-दिवसीय: 1-8 से 1-9,

**धम्मलिच्छवी : मृजफरपुर (बिहार)**

धम्मलिच्छवी विषयना केंद्र, ग्राम- लदौरा, पार्की, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, **दस-दिवसीय:** हर माह 5 से 16 तथा 19 से 30. (19 से 30-10, छोड़कर) संपर्क: श्री राजकुमार गोयन्का, फोन: 0621 2240215, Email: info@licchavi.dhamma.org

**धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)**

बाराचकिया - 845412, पुर्व चम्पारन, बिहार, संपर्क: फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammaupavan@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, गवर्नमेंट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, संपर्क: डॉ. लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com. online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

**धम्मयादलिपुत्त : पटना (बिहार)**

स्थान: विषयना साधना केंद्र, ध्यान संघ, बुद्ध स्मृति पार्क, फ्रेजर रोड, पटना जंक्शन के पास, संपर्क: फोन: +91 6205978822, +91 6299534629; E-mail: info@patna.in.dhamma.org; Website: www.patna.in.dhamma.org; **दस-दिवसीय:** 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, 17 से 28-12, 3 से 14-1-2023, 17 से 28-1-23, 17 से 28-2-23, 0 सतिपद्युन: 15 से 23-11, 1-दिवसीय: हर रविवार, मिनी आनापान साधना: हर रोज,

# 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़कियाँ 12 से 16 वर्ष) 29-4 से 2-5, (केवल लड़के 12 से 16 वर्ष) 28 से 31-12, 0 कृतज्ञता-शिविर: 2 से 17-2-2023 0 दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 25-11 से 16-12-2022

**धम्मवेसाली : वैशाली (बिहार)**

धम्मवेसाली विषयना केंद्र, वियनमन महाजगति नन्दी, विश्वशांति पोस्टा रोड, वैशाली-844128, संपर्क: 9031012302, 9031012303, श्री राजकुमार गोयन्का, 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 सतिपद्युन के समय नहीं 0 सतिपद्युन: 4 से 12-11,

**धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)**

कच्छ एवं गुजरात कच्छ विषयना केंद्र, ग्राम- बाड़ा, ता. मांडवी, जिला- कच्छ 370475. मोबा. 9925674104, 9638577325, Email: info@sindhu.dhamma.org, (शिविर आरंभ होने के दिन सांय के लिए वाहन सुविधा उपलब्ध।) तदर्थ संपर्क: फोन: भुज: 094274-33534, गांधीघाम: 094262-50746, मांडवी: 9974575660. **दस-दिवसीय:** 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 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 15-1-23, 18 से 29-1, 0 सतिपद्युन: 11 से 19-6, 30-10 से 7-11, 3-दिवसीय: 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, विशेष दस-दिवसीय: 25-6 से 6-7, 12 से 23-11, 0 दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 4 से 25-5, 1 से 22-12, 30-दिवसीय: 4-5 से 4-6, 16-7 से 16-8, 7-9 से 8-10, 45-दिवसीय: 7-9 से 23-10, 1-1-1-23 से 16-2-23, संपर्क: मोबा. 7874623305.

**धम्मकोट : राजकोट (गुजरात)**

सौराष्ट्र विषयना केंद्र, कोठारिया रोड, राजकोट. फोन: (0281) 2924924, 2924942, मोबाईल: 7878727240, 93279-23540, Email: info@kota.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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: 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 विषयना केंद्र, मीठू गांव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निखिलभाई पारिक, मोबा. 09429233000, 2. श्री उदय पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315. **दस-दिवसीय:** 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, 13 से 24-11, 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, 0 सतिपद्युन: 4 से 12-7, 3-दिवसीय: 20 से 23-10, 2-दिवसीय: 15 से 17-7, 0 दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 13-8 से 3-9, 30-दिवसीय: 3-8 से 3-9,

**धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)**

गुर्जर विषयना केंद्र, (अहमदाबाद रेलवे स्टेशन से 40 कि.मी.) ग्राम नरोदा, 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, पाली वॉश स्टैंड (अहमदाबाद) दोपहर 2:30 बजे) **दस-दिवसीय:** 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, 12 से 23-11, 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, 0 दीर्घ शिविर: 30-दिवसीय: 5-11 से 6-12, 45-दिवसीय: 5-11 से 21-12, संपर्क: 1) श्रीमती शशी तोदी मोबा. 98240-65668.

**धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात**

विषयना ध्यान केंद्र, नेशनल हायवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पश्चिम से 2 कि। मी। दूरी पर बोरीयाच टोलनाका, ग्राम वागलवाड ता. गनदेवी, जि. नवसारी, मोबा. 09586582660, पंजीकरण: दोपहर 11 से सांय 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:** 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, 12 से 23-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 31-10 से 11-11, 13 से 24-11, 26-11 से 7-12, 2022. 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 10 से 21-3, 0 सतिपद्युन: 21 से 29-4, 19 से 27-8, 3-दिवसीय: 12 से 15-5, 23 से 26-6, 12 से 15-8, 8 से 11-12, 2022. 2 से 5-2, 23 से 26-3, विशेष दस-दिवसीय: 29-8 से 9-9, 0 दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 19-8 से 9-9, 30-दिवसीय: 15-12 से 15-1-2023, 45-दिवसीय: 15-12 से 30-1-2023,

**दक्षिण भारत**

**धम्मपफुल्ल : अलूर, बंगलूरू (कर्नाटक)**

बंगलूरू विषयना केंद्र, अलूर-562123. (गाँव अलूर, अलूर पंचायत कार्यालय के पास) तुमरूर हाईवे के सामने दासनपुर बंगलूरू उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोन: (080) 23712377, मोबा. 7829912733, 8861644284, 9972588377, Email: info@paphulla.dhamma.org, (बंगलूरू रेलवे स्टेशन से 23 की. मी. दूर) **दस-दिवसीय:** 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 0 सतिपद्युन: 23 से 31-3,

**धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)**

विषयना साधना केंद्र, 533, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा थीलीनरमलाई रोड, थीलीनरमलाई, चेन्नई-600044, शिविर संबंधी जानकारी तथा पंजीकरण के लिए संपर्क: फोन: 044-65499965, मोबाईल: 94442-80952, 94442-80953, (केवल 10 बजे से 1 तथा सांय 2 से 5 बजे तक). Email: setu.dhamma@gmail.com, संपर्क: श्री गोयन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाईल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgclothing.in, **दस-दिवसीय:** 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, 0 सतिपद्युन: 2 से 10-7, 12 से 20-10, 3-दिवसीय: 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,

**धम्मसेतु : हैदराबाद (तेलंगाणा)**

विषयना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (12.6 कि.मी.) महालक्ष्मी नगराजुन सागर रोड, कुकूम नगर, बनयशीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाणा पंजीकरण: (प्रातः 9 से 12 तथा 3 से 5 तक) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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, 16 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 14 से 25-12, 0 सतिपद्युन: 18 से 26-5, 13 से 21-9, 3-दिवसीय: 25 से 28-4, 29-8 से 1-9, 2-दिवसीय: 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: 29-5, 17-7, 28-8, 30-10, 27-11, 0 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 तेलंगाणा, योग्यता: 1-दिवसीय तथा 2-दिवसीय बाल-शिविर, पूर्ण किं. हों तथा 5 वीं कक्षा (उम्र: 10 से 18 वर्ष, सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक),

**धम्मभूपुरा : मदुराई (तमिलनाडु)**

विषयना साधना केंद्र, गांव चेतिया पट्टी, ता. आतुर. पो.

## मध्य एवं पूर्व भारत

## धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)

धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैनागा तट, रंगटोला, पो. गरी, बालाघाट. फोन: (07632) 248145, मोबा. 8989845100, संपर्क: 1) श्री सोनगाडे, मोबा. 94243-36241. 2) श्री मेश्राम, फोन: (07632) 239165, Email: dineshmeshram@hotmail.com, मोबा. 09425140015, 9753144641, ऑनलाइन आवेदन: <https://www.dhamma.org/en/schedules/schkanana>. 10-दिवसीय: 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, ० सतिपट्टन: 18 से 26-6, 18 से 26-12, 2-दिवसीय: 15 से 16-5, # बाल-शिविर: 29-5, 2-10, ० दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 17-7, 10-7, 8.

## धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केवा डैम के पीछे, ग्राम डौलतपुरा, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गोडाम, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेंद्र हुमन, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फैक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन: [www.pala.dhamma.org](http://www.pala.dhamma.org), दस-दिवसीय: 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, ० सतिपट्टन: 14 से 22-10, 3-दिवसीय: 12 से 15-5, 8 से 11-9, 27 से 30-10, 1-दिवसीय: 24-7, 4-9, 9-10, 27-11, किशोरियों का शिविर: 3 से 11-5, किशोरों का शिविर: 14 से 22-6, बाल-शिविर: (अ 8 से 12 वर्ष) 29-5, 21-8, (अ 13 से 16 वर्ष) 1-5, 12-6, रखरखाव सप्ताह: 9 से 13-10, पुराने साधकों के लिए सहभागिता सेमिनार: 25 से 26-6, विशेष दस-दिवसीय: 14 से 25-12, ० दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 8 से 29-9, 30-दिवसीय: 8-9 से 9-10,

## धम्ममालावा : 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: 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), ० सतिपट्टन: 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) अग्रस्त में नहीं विशेष दस-दिवसीय: 6 से 17-11,

## धम्मरत : रतलाम (म.प्र.)

धम्मरत विपश्यना केंद्र, (रतलाम से 15 कि.मी.) सार्ई मंदिर के पीछे, ग्राम - चामनोद ता. सैलाना, जि. रतलाम-457001, फैक्स: 07412-403882, Email: dhammarata@gmail.com, संपर्क 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अश्वानी, मोबा. 9826700116. दस-दिवसीय: 18 से 29-4, 2 से 13-5, 4 से 15-6, 19 से 30-6, 3 से 14-7, 16 से 27-7, 15 से 26-8, 1 से 12-9, 14 से 25-9, 1 से 12-10, 1 से 12-11, 18 से 29-11, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ० सतिपट्टन: 2 से 10-8, 3-दिवसीय: 27 से 30-7, 14 से 17-10, 1-दिवसीय: 1-5, 28-8, 25-9, 13-11, किशोरों का शिविर: 25-5 से 2-6, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 8 से 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हे रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

## धम्मगुना, गुना-न्वालिपर संभाग, (म.प्र.)

"विपश्यना धम्मगुना, ग्राम- फारा, 12 किमी. ग्राम फारा, गुना-न्वालिपर संभाग। संपर्क: श्री वीरेंद्र सिंह रघुवंशी, रघुवंशी किराना स्टोर, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के पास, अशोक नगर रोड, गांव- फारा, 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 मानन, मोबा. 9425156895 2) श्री राजेन्द्र दुबे, मोबा. 7999341818, Email: dhammabalajabalpur@yahoo.co.in, 10-दिवसीय: 8 से 19-5, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, 3-दिवसीय: 10 से 12-6, 25 से 27-11, 1-दिवसीय: हर माह अंतिम रविवार, दस-दिवसीय: 2 से 13-5-2022, स्थान: पेट्रोल पम्प के पास, बालक छातावास, दनुआ, जिला- छिन्दवाड़ा, संपर्क: 1) श्री पी. खादीपुरजी, मोबा. 7697982902, 2) श्री ठाकरे, मोबा. 099-700 29916

## 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: 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, किशोरियों का शिविर: 29-5 से 6-6, 1-दिवसीय: 1-5, 16-5, 26-6, 28-8, # बाल-शिविर: 17-4, 3-5, 28-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 30-10,

## 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 मोहनभाट, ता.- लखतपुर, जिला-बिलासपुर. मोबा. 9926326872, Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दस-दिवसीय: 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, 1 से 12-12, 17 से 28-12, ० सतिपट्टन: 12 से 20-11, किशोरों का शिविर: 5 से 13-6, # बाल-शिविर: 24-4, 1-5, 16-10, 27-11, ० 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 चानवेरा 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, पतिहटी, बांरो मन्दिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दस-दिवसीय: 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, ० सतिपट्टन: 16 से 24-8, 3-दिवसीय: 25 से 28-8, संपर्क: कार्यालय: टोर्बेको हाऊस, 5 वा माळा हम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉम्प्लेक्स, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,



## दोहे धर्म के

अगणित जन्मों में सभी, पूर्ण पारमी होय।  
तो उस सात्त्विक सत्त्व में, बोधि अवतरित होय ॥  
जब सम्यक संबुद्ध का, जग में उद्गम होय।  
धरती के आकाश के, प्राणी हरखित होंय ॥  
कटे मोह अज्ञान की, अंधकार की रात।  
होय उजाला धरम का, मंगल होय प्रभात ॥  
भव-भव भटकत सत्त्व का, जब भव अंतिम होय।  
अपना भी मंगल सधे, बहुजन मंगल होय ॥

## केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड

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

फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166

Email: arun@chemito.net

की मंगल कामनाओं सहित

## दूहा धरम रा

अधिष्ठान री पारमी, बहुफळदायी होय।  
द्रढ निस्वै रै आसरे, द्रढ पुरुसारथ होय ॥  
बैठ पालथी मार कर, अंतर ध्यान लगाय।  
पीड़ा स्यूं अविचळ रवै, आसण सिध हो ज्याय ॥  
प्रबल पराक्रम स्यूं करै, अंतर बैर्या जुद्ध।  
इसो मनोबल द्रढ हुवै, निस्वै हुवै प्रबुद्ध ॥  
सस्त्रां रै आघात स्यूं, सूर न विचलित होय।  
त्यूं तीखी पीड़ा जग्यां, साधक अविचळ होय ॥

## 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

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, चैत्र पूर्णिमा, 16 अप्रैल, 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: 16 APRIL, 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: [vri\\_admin@vridhamma.org](mailto:vri_admin@vridhamma.org);

Course booking: [info.giri@vridhamma.org](mailto:info.giri@vridhamma.org)

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