विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2564, चैत्र पूर्णिमा (ऑनलाइन), 27 अप्रेल, 2021, वर्ष 50, अंक 11

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

For Online Patrika in various Languages, visit : https://www.vridhamma.org/newsletters

धम्मवाणी

यो च बुद्धञ्च धम्मञ्च, सङ्घञ्च सरणं गतो।
चत्तारि अरियसच्चानि, सम्मप्पञ्ञाय पस्सति॥

दुक्खं दुक्खसमुप्पादं, दुक्खस्स च अतिक्कमं।
अरियं चट्ठङ्गिकं मग्गं, दुक्खूपसमगामिनं॥

एतं खो सरणं खेमं, एतं सरणमुत्तमं।
एतं सरणमागम्म, सब्बदुक्खा पमुच्चति॥

— *धम्मपदपाळि-190,191,192, बुद्धवग्गो*

जो बुद्ध, धर्म और संघ की शरण गया है, जो चार आर्य सत्यों – दुःख, दुःख की उत्पत्ति, दुःख से मुक्ति और मुक्तिगामी आर्य अष्टांगिक मार्ग – को सम्यक प्रज्ञा से देखता है, यही मंगलदायक शरण है, यही उत्तम शरण है। इसी शरण को प्राप्त कर (व्यक्ति) सभी दुःखों से मुक्त होता है।

सत्कार और सम्मान धर्म का होता है। धर्म के बिना व्यक्ति का कोई मूल्य नहीं होता।

— कल्याणमित्र सत्यनारायण गोयन्का

2012 में भारत सरकार ने पूज्य गुरुजी को पद्मभूषण पुरस्कार से सम्मानित किया। गुरुजी दिल्ली नहीं गये तब महाराष्ट्र के राजभवन से एक सरकारी अधिकारी को पूज्य गुरुजी के घर भेजा गया और वे सामने बैठ कर सम्मानपूर्वक पूज्य गुरुजी को पद्मभूषण पुरस्कार प्रदान कर रहे हैं। चित्र में श्री बनवारीलालजी एवं श्री श्रीप्रकाशजी पूज्य गुरुजी और पूज्य माताजी के पीछे क्रमशः खड़े दिखायी दे रहे हैं।

विपश्यना की स्वर्ण-जयंती पर उद्बोधन - 16 दिसंबर, 2019

धर्मप्रेमी भाइयो और बहनो!

जैसा कि आप सभी जानते हैं, आज हम भारत में विपश्यना के आगमन की 50वीं वर्षगांठ मना रहे हैं। इस स्वर्ण जयंती समारोह के अवसर पर हमारा प्रमुख ध्यान इसी बात पर हो कि यह विद्या आगे भी सदियों तक लोगों का कल्याण करती रहे। इसके लिए सबसे बड़ी बात यह होनी चाहिए कि इस परंपरा के उन सभी आचार्यों के प्रति हमारा मन

कृतज्ञता से भरे, जिन्होंने पीढ़ी-दर-पीढ़ी हजारों वर्षों से इसे शुद्ध रूप में जीवित रखा और इस बात का भी ध्यान रखा कि अगली पीढ़ी को वे शुद्धरूप में ही सौंपें। क्योंकि इसकी शुद्धता नष्ट होते ही यह विद्या भारत से लुप्त हो गयी थी, जबकि विपश्यना यहीं पर जन्मी, पली और लाखों-करोड़ों लोगों का मंगल किया था।

गुरुजी सदैव गुरुजनों की सेवा को बहुत महत्त्व देते थे। इसी प्रकार भिक्षुओं की सेवा करना, दान देना और उनका समुचित आदर सत्कार करना आदि को उन्होंने बहुत महत्त्व दिया। वे जहां कहीं शिविर लगाने जाते और वहां यदि एक या एक से अधिक भिक्षु होते तो संघदान का आयोजन अवश्य करते। ऐसा ही एक प्रसंग बोधगया का है जहां मैं स्वयं संघदान में उपस्थित हुआ था। गुरुजी अमेरिका गये तो वहां भी भिक्षुओं को आमंत्रित किया और बहुत बड़े संघदान का आयोजन संपन्न हुआ।

मैंने बचपन में ही (60 वर्ष पूर्व) बर्मा में सयाजी ऊ बा खिन से विपश्यना सीखी, वहीं पर कुल 8 शिविर किए थे। गुरुजी (गोयन्काजी) जब बर्मा से भारत आ गये तब मुझे सयाजी की सेवा करने का अवसर मिला। उन्हें लगभग महीने भर तक उनके दांत के ट्रीटमेंट के लिए डॉक्टर के पास लगभग डेढ़-दो घंटे की दूरी तय करके ले जाना पड़ता। मैं गाड़ी चलाकर ले जाता और उन्हें विपश्यना केंद्र में छोड़ कर घर लौटता तो कई घंटे बीत जाते। इससे दोपहर के भोजन में बहुत विलंब होता, रोज ही 3-4 बज जाते। एकाध बार मन झुँझलाया और गुरुजी (पिताजी) को इसका पता चला तो उन्होंने मुझे पत्र लिख कर समझाया कि यह तो तुम्हारे लिए बड़े पुण्य की बात है कि तुम्हें सयाजी की सेवा करने का अवसर मिल रहा है। इसे अपना सौभाग्य समझना चाहिए, बुरा कभी मत मानना। उनकी इस सीख से मेरा मन बहुत प्रसन्न हुआ और मेरे मन में फिर वैसा भाव कभी नहीं आया।

गुरुजी को बचपन से ही हिंदी से बहुत लगाव था और लिखने के साथ-साथ बड़ी-बड़ी सभाओं में उन्होंने बोलना भी शुरू कर दिया था। बर्मा में रहने वाले भारतीयों को हिंदी का ज्ञान होना ही चाहिए, इसके लिए वे बहुत सजग और सक्रिय रहते थे। हम लोगों की पढ़ाई का मीडियम बरमी हो गया तब हमें हिंदी सिखाने के लिए उन्होंने हिंदी टीचर अलग से रखा। किसी से कभी कोई भूल होने पर छतरी से मारते इसलिए "छतरीवाले चाचा" कहलाने लगे। महिलाओं और छोटे बच्चों को हिंदी सिखाने के लिए विधिवत कक्षाएं चलाने की व्यवस्था करवाई थी। बर्मा में जब हिंदी की पुस्तकें मिलनी बंद हो गयीं तब भारत के "हिंदी साहित्य सम्मेलन" प्रयाग, तथा "हिंदी भाषा प्रचार समिति" वर्धा, से पुस्तकें मँगाते और प्रथमा, मध्यमा एवं उत्तमा तक की परीक्षाएं स्वयं करवाते। वर्धा से परीक्षा के प्रश्न-पत्र आते तो घर के हाल में दूर-दूर बैठा कर परीक्षा करवाते और जांच के लिए वर्धा भेजते। वहां से सब के लिए समुचित सर्टीफिकेट आता। गुरुजी हिंदी में नाटक लिखते और उनका मंचन भी करते ताकि लोगों का हिंदी का ज्ञान बढ़ता रहे।

उनके अंदर देशप्रेम और देशभक्ति कूट-कूट कर भरी थी। भारत देश में संकट आया तो पं. नेहरू के आह्वान पर उन्होंने बर्मा से भारत संदेश भेजा कि फलां स्थान पर देवी इलायची के गहनों की पेटी है, उसमें से सारे गहने निकाल कर देश के हित में सरकार को दे दिया जाय और ऐसा ही हुआ।

गुरुजी ने हिंदी के दोहों की रचना बचपन से आरंभ कर दी थी। बहुत सारे दोहे हिंदी और राजस्थानी भाषा में लिखे। उनमें से कुछ चुने हुए दोहे आजकल शिविरों में सुनाए जाते हैं। उन्होंने अपने गुरुजी के प्रति श्रद्धा और कृतज्ञता व्यक्त करने के लिए अनेक दोहों की रचना की जो शिविरों में प्रारंभ से अंत तक सुने जा सकते हैं। गुरुजी हमेशा अपने गुरु सयाजी को नमन करते हुए ही शिविरों का आरंभ करते और उनसे पहले के सभी आचार्यों के प्रति भी कृतज्ञता व्यक्त करते थे। इससे सिद्ध होता है कि गुरु के प्रति मन में श्रद्धा हो तभी कोई धर्मपथ पर आगे बढ़ सकता है। हम भी उनके इन गुणों को अपने जीवन में धारण करें और दैनिक साधना पुष्ट करें, तभी गुरुजी एवं माताजी के प्रति हमारी श्रद्धा सार्थक होगी।

गुरुजी के कुछ एक दोहे याद आते हैं जिनमें उन्होंने कथनी और करनी का जिक्र किया है:—

कथणी-कथणी सरल है, करणी करड़ी होय।
कथणी सी करणी करै, साचो ग्यानी सोय॥

साधु वही, सज्जन वही, साधक संत सुजान।
कथनी सी करनी करै, वो ही संत सुजान॥

कथणी-करणी बिच इसी, देखी नहीं दुभांत।
कवै जात है करम स्यूं, मानै जनमां जात॥

हमारी कथनी और करनी में अंतर नहीं होना चाहिए। इसलिए वे जो कहते वही करते थे और जो करते वही कहते थे। इसलिए वे सही माने में संत सुजान ही थे। वे कभी जात-पांत, ऊंच-नीच नहीं मानते थे। हम भाइयों की किसी भी शादी में उन्होंने दहेज नहीं लिया। उनका नारा था— "दहेज लेना बंद करो, देना अपने आप बंद होगा"। परंतु समाज-प्रमुखों ने आगे बढ़ कर इसे स्वीकार नहीं किया तो नतीजा भुगत ही रहे हैं। गुरुजी सही माने में संत सुजान थे।

— श्रीप्रकाश गोयन्का, मुंबई.

(पूज्य गुरुजी के पांचवे पुत्र श्रीप्रकाश बचपन से ही बड़े होनहार और कुशाग्रबुद्धि थे और उनके जन्म (अक्टूबर 1952) के तीन वर्ष बाद सितंबर 1955 में पूज्य गुरुजी को विपश्यना का धर्मलाभ मिला था। उसके थोड़े समय बाद पूज्य माताजी भी गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन के संपर्क में आयीं और आनापान करने लगीं। कुछ समय बाद जब उन्होंने पूरा शिविर कर लिया तब कभी-कभी दोनों छोटे बच्चों (श्रीप्रकाश और जयप्रकाश) को साथ लेकर वे विपश्यना केंद्र में जाने लगीं। माताजी बैठ कर साधना करतीं और सयाजी इन दोनों के साथ खूब बातें करते, आनापान आदि सिखाते, कुछ देर खेलते और ये दोनों पूरे दिन-रात वहीं रहते और सुबह स्कूल भी वहीं से जाते। सयाजी ने इन्हें खेलने-कूदने की पूरी छूट दे रखी थी। यानी, धर्म का प्रभाव इनके जीवन पर बचपन से ही पड़ा और वह विकसित होता गया। (सं.)

बाबूभैया के साथ पत्राचार के अंश

(पूज्य गुरुजी धर्म-चारिका के साथ-साथ दैनिक व्यवहार की छोटी-से-छोटी बातों का ध्यान हमेशा रखते थे और शिविर के दौरान प्रत्येक साधक की प्रगति का लेखा-जोखा भी रखते थे। इनकी झलक निम्न पत्रों से स्पष्ट होगी। – संपादक)

पड़ाव: ताड़ेपल्लीगुडम, दिनांक: 6-11-1969

बाबू भैया , सादर वंदे!

गुडम का शिविर सफलतापूर्वक संपन्न हुआ और अपने पुण्य मोद में तुम सब के साथ पूज्य गुरुदेव और मां सयामा को अपना भागीदार बनाया। इस संबंध में तुम्हें एक तार भी दिया। अब मैं 25 नवंबर तक यहीं रहूंगा। सोचा तो था यह समय एकांतवास, साधना और विश्राम में ही बिताऊंगा, परंतु अब ऐसा संभव नहीं है। परिवार की और व्यापार की जिम्मेदारियां मुझे बहुत व्यस्त रखेंगी । परंतु फिर भी विश्राम तो पर्याप्त मात्रा में मिलेगा ही। हां यदि 10-15 दिन निरंतर साधना भी कर पाता तो पिछले 4 महीने से शरीर और मन पर जो भारीपन आ गया है वह निकल जाता। परंतु अब तो लगता है कुछ समय बाद ही 10-15 दिन निरंतर साधना कर पाऊंगा। ...

पड़ाव: ताड़ेपल्लीगुडम, दि. 10-11-1969

बाबू भैया, सादर चरण वंदन!

कल दीपावली की रात थी। साथ-साथ परिवार वालों के साथ होने के कारण सायं 6:30 बजे की विशिष्ट साधना में बैठा। आज रंगून में हमारे भवन की अतिथिशाला को 'साधना-कक्ष' बनाए जाने का वार्षिक स्मृति दिवस भी है। पूज्य गुरुदेव और मां सयामा अन्य साधकों के साथ घर पर आए होंगे। उन दोनों का स्वास्थ्य ठीक होगा। यहां हमारी कल रात की बैठक बड़ी मंगलदायिनी साबित हुई। इस बैठक के बाद रात को देर तक मैत्री विहार में संलग्न रहा। इसका तत्काल मंगलकारी प्रभाव पड़ा। अपने मन का भी बहुत-सा मैल छँट गया। पिछले कुछ दिनों से जो धुँधलका छाया हुआ था वह दूर हो गया। मन बड़ा निर्मल हुआ और जिनके प्रति मैत्री विहार किया गया उन पर भी निश्चित रूप से प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ा। इससे मन बड़ा मुदित हुआ। ...

पड़ाव: ताड़ेपल्लीगुडम, दि. 15-11-1969

बाबू भैया, सादर वंदे!

तुम्हारे द्वारा भेजे गये कुछ पत्रों का जवाब नहीं दे पाया था, इसका खेद है।

पूज्य गुरुदेव से कहना कि 26 अक्टूबर को दडेंचो (बरमी दीपावली) के दिन शिविर में सभी साधक-साधिकाओं के साथ प्रातः 4:00 बजे घंटे भर की साधना में बैठा था। उस दिन शाम को प्रवचन में इस पूर्णिमा के महत्त्व पर भी थोड़ा प्रकाश डाला था। हां एक बात और हुई कि गुडम के इस शिविर में जितने दिन मेरा प्रवचन हुआ वह टेप-रिकॉर्ड कर लिया गया और अब उसको लिपिबद्ध करवा रहा हूं। वैसे इस शिविर के नए साधक-साधिकाओं का शिक्षण स्तर बहुत ऊंचा नहीं होने के कारण धर्म प्रवचन का स्तर भी स्वभावतः जरा निम्न ही रहा। इसलिए इन लिपिबद्ध धर्म-देशनाओं को यथाभूत टंकण न करवाकर इसमें बहुत कुछ जोड़-तोड़ करना चाहता हूं और उसके बाद जो फाइनल कॉपी तैयार होगी उसकी एक प्रति पूज्य गुरुदेव को दिखाने के लिए तुम्हें भेजूंगा ताकि इस बात का संतोष हो जाय कि मैं कहीं कोई बात धर्म विरुद्ध तो नहीं बोल रहा हूं। परंतु यह काम बड़ा समय लेने वाला है और मैं देखता हूं कि मैंने अब तक पिछले चार शिविरों की रिपोर्ट ही नहीं लिखवाई। अब तो उसमें से न जाने कितनी बातें विस्मृति के गर्त में समाती जा रही हैं। हर काम में बड़ा समय लगता है और समय का अभाव बहुत अखरता है। ....

(ताडेपल्लीगुडम के शिविर के पुरुष साधक पूज्य गुरुजी के साथ)

गुडम के विद्यालय में जो शिविर लगा उसका पूरा विवरण तो न जाने कब लिखा पाऊंगा, परंतु संक्षेप में यही है कि इसमें 9 पुरुष बैठे और 11 महिलाएं। पुरुषों में अपने परिवारजनों में से ही कुल छह लोग बैठे। बाहर वालों में काशी का एक विद्वान संन्यासी रामसागर आश्रम बैठा जो कि अपने आप को 'बोधाश्रम' कहने लगा। वह कलकत्ते में सम्मिलित होने के बाद यहां साथ चला आया और आगे के शिविरों में भी सम्मिलित होने का आग्रह लिए हुए है। यह व्यक्ति M.A., L.L.B. और B.Ed. है तथा संस्कृत से शास्त्री है। संन्यासी होने के पूर्व काशी के किसी स्कूल में प्रधानाचार्य रहा और किसी कॉलेज में प्रोफेसर भी। संन्यास लेकर अनेक प्रकार के हठयोग की साधनाएं कीं, तंत्र साधनाएं कीं, कुंडलिनी योग का अभ्यास किया और इन सब में वर्षों अभ्यास करके बहुत अच्छी योग्यता प्राप्त कर लेने के बाद भी बौद्ध साधना कैसी होती है, इस उत्सुकता के मारे सारनाथ (काशी) के शिविर में सम्मिलित हुआ। वहीं के शिविर में इसने चित्त एकाग्रता की जो ध्यान-भूमि प्राप्त की, वह इससे पहले इसे कहीं किसी मार्ग में नहीं मिली थी, इसलिए अत्यंत प्रभावित हुआ और कहीं से राह खर्च के लिए भिक्षा मांगकर कलकत्ते के शिविर में सम्मिलित होने के लिए चला आया। वहां उसने विपस्सना की गहराइयों को मापा और अणु-अणु में व्याप्त चैतन्य की अनुभूति से आत्म विभोर हो उठा। अब वह आगे साथ चलने का आग्रह करने लगा। मैंने अपने खर्च में से कुछ पैसे बचा कर उसके लिए गुडम तक के मार्ग-व्यय की व्यवस्था कर दी। यहां के शिविर-खर्च का भार प्रिय राधे ने उठा लिया। अब मद्रास का शिविर ठीक एक महीने बाद लगने वाला है। व्यावहारिक दृष्टिकोण से मैंने उसे कह दिया कि महीने भर तो वह भिक्षाटन द्वारा अपना जीवन यापन करे और 4 दिसंबर के शिविर में सम्मिलित होने के लिए मद्रास पहुँच जाय। इस व्यक्ति ने यहां के शिविर में तो और भी अधिक उन्नति की। भवंग की अंतिम स्थिति के बहुत करीब आ पहुंचा।...

इसके अतिरिक्त भैया के कैटलफीड कारखाने के राधे के नीचे काम करने वाले दो मजदूर सम्मिलित हुए और दोनों बहुत संतुष्ट हुए। कारखाने के और भी कुछ लोग आतुर थे परंतु एक तो वातावरण अनुकूल नहीं था और दूसरे एक मोटी समस्या यह थी कि जो लोग शिविर में बैठे उनकी 10 दिन की तनख्वाह कटती थी जो कि स्वभावतः एक नौकरी पेशा व्यक्ति के लिए भारी पड़ ही जाती है।

"चरथ भिक्खवे चारिकं, बहुजन हिताय बहुजन सुखाय..."

मैं इस समस्या पर विशेष रूप से चिंतित हूं कि हमारी साधना का यह शिविर केवल धनवानों तक ही सीमित न रह जाय। इनको कम से कम खर्च पर चला कर कैसे सार्वजनिक रूप दिया जाय, तभी भगवान के **"बहुजन हिताय बहुजन सुखाय"** मकसद की पूर्ति हो सकेगी।

हां, तो इन पुरुषों के अतिरिक्त 11 महिलाएं बैठीं, जिनमें से अधिकांशतः केडिया परिवार से संबंधित महिलाएं थीं। इनमें से दो भीमावरम से आई थीं और दो ऐलूरू से। इनके अतिरिक्त 3 राजस्थानी महिलाएं थी। इस प्रकार 20 साधक-साधिकाओं का यह कुनबा यहां के एक प्राइमरी स्कूल में साधना में बैठ पाया। इसमें एक महिला कान से बहरी थी इसलिए उसका केस कमजोर ही रहा। उसे मैं विपश्यना भी नहीं दे पाया, केवल आनापान देकर संतोष कर लेना पड़ा। और भी एक-दो

महिलाएं बहुत बूढ़ी थीं जिन्हें विपश्यना गहराई से प्राप्त नहीं हो सकी। बाकी सभी महिलाएं बहुत संतुष्ट रहीं, लेकिन मेरी अपनी चेकिंग में मैंने देखा कि इस शिविर में पुरुष वर्ग बाजी मार ले गया। जबकि अधिकांशतः सभी शिविरों में महिलाएं ही आगे बढ़ती हैं। वैसे जो लोग शिविर में बैठे वे सब के सब बहुत प्रभावित हुए और बर्मा लौटने के पूर्व गुडम में एक और शिविर लगाने का गहरा आग्रह बना हुआ ही है। मुझे व्यक्तिगत रूप से इस शिविर में अपेक्षाकृत अधिक कष्ट उठाने पड़े। एक रात तो देर तक कुछ तांत्रिक साधना कर चुके साधकों से वार्तालाप करके सोया तो बड़े भयावह दुःस्वप्नों का शिकार रहा और उसी प्रकार मार के दर्शन हुए जैसे कि कभी एक बार मांडले के शिविर में हुए थे। इसका विवरण किसी अगले पत्र में लिखूंगा।

बड़े भैया के परिवार से कोई नहीं बैठ सका। आनंद मार्ग की जितनी जकड़ हमारे परिवार के सदस्यों को आबद्ध किए हुए हैं वह स्पष्ट रूप से मार का पूर्व निश्चित संयोजन है जिससे कि इस देश में केवल अपने परिवार को ही नहीं बल्कि अन्य लोगों को भी धर्म लाभ प्राप्त करने में बड़ी से बड़ी बाधाएं उपस्थित हों। हमें मार के इन आक्रमणों का धर्म बुद्धि के साथ सामना करना है। मैं समझता था कि मेरी 3 महीने की धर्मचारिका और मैत्री विहार अपने परिवार के सदस्यों का रुख बदल देगा। परंतु मुझे सफलता नहीं मिली। स्पष्ट है कि मार मुझसे अधिक बलवान है। बल्कि यूं कहूं कि मेरी धर्म प्रज्ञा का बल अभी उस सीमा तक नहीं बढ़ा जितना कि बढ़ना चाहिए। अच्छा हुआ तुम्हारी ओर से यह अनुमति मिल गई कि मैं तीन-चार महीने भारत में और रह लूं। इस अवधि में मैं एक और धर्मचारिका करूंगा और उस पुण्य के बल से तथा अपनी मैत्री भावना से सारे परिवार के कल्याण की कामना करता रहूंगा, जिससे कि ये हमारे ही रक्तांश और जन्म-जन्म के सहयोगी अपनी मोह निद्रा में से जागें और धर्म के सच्चे स्वरूप को पहचानें। सारे भारतवर्ष की यात्रा करने के बाद मैं इस बात को समझ पाया हूं कि सारे भारत में बड़ी संख्या में लोग इस मार्ग पर चल रहे हैं। इतना कुछ होने के बावजूद कभी ध्यान के समय एक आस्था की लहर उठती है कि इन भूले भटके हुए भाई-भतीजों का भी उद्धार होगा ही और इसी जीवन में होगा। इस धीरज के साथ प्रतीक्षा करेंगे। देखें दूसरी चारिका के बाद क्या असर पड़ता है? कोई असर नहीं पड़ा तो संपूर्ण सद्भावनाओं के साथ अनेक वर्षों तक भी प्रतीक्षा करते रहेंगे और इनके प्रति अपनी मैत्री भावना प्रेषित करते रहेंगे।

मेरे अपने विश्राम के संबंध में तुम्हें पहले लिख चुका हूं कि पारिवारिक और व्यापारिक समस्याओं को समझने में जो समय लग रहा है उसके कारण मैं साधना में नहीं बैठ सका। परंतु मद्रास जाने के पूर्व 3 दिन का समय अवश्य निकालूंगा और उस समय गुरुजी के आदेशानुसार मौन भी रहूंगा। अधिक से अधिक धर्म संबंधी कोई डिक्टेशन भले ही दे दूं।

हां, कलकत्ते वाले सभी साधक बहुत संतुष्ट हुए थे और उनका भी बड़ा आग्रह रहा कि एक शिविर यहां और लगे ही। वस्तुतः कलकत्ते और गुडम में शिविर लगने का सारा श्रेय भाई चौथमल को ही है। उसकी प्रेरणा से ही अनेक लोग बैठ पाए और पुण्य अर्जन कर पाए। भारत के सभी शिविरों में उसका पुण्य भाग रहा ही है परंतु इन दो शिविरों में तो विशेष रूप से रहा। मैं उसे अलग से भी पत्र लिख रहा हूं।

दलाई लामा स्वयं किसी शिविर में बैठें, इसकी संभावना नहीं की जा सकती, पर यह निश्चित है कि वे अपने साथियों को अवश्य बैठायेंगे। हां दिल्ली के शिविर में लद्दाखी लामाओं के प्रमुख कुशक बकुला अवश्य बैठने के लिए उत्सुक थे। पता नहीं समय निकाल पायेंगे या नहीं।

तुमने बिल्कुल ठीक लिखा है कि बड़प्पन के दिखावे ने इस देश के लोगों को धन-संचय के प्रति पागल बना दिया है और इनके नैतिक पतन का यही सबसे बड़ा कारण है। सचमुच जो ऊपर की आमदनी नहीं कमाता वह यहां मूर्ख ही माना जाता है।

चार जोड़ी भिक्षुओं के चीवर मिल गए थे। उनमें से एक जोड़ी राजगीर के बर्मीज भिक्षु जयंतजी को भिजवाया। इनका जो पत्र आया उससे मन बड़ा सुख विभोर हुआ। लिखा है कि पिछले 6 वर्षों से उन्हें एक भी चीवर दान में नहीं मिला था। आज बर्मा के इस चीवर को पाकर वे बहुत संतुष्ट हैं। उनसे कहीं अधिक संतोष मुझे हुआ। मैंने उन्हें राजगीर में देखा कि सरल स्वभाव का यह भिक्षु फटे चिथड़ों में लिपटा हुआ था। हम सबको साथ लेकर जब अपना आश्रम दिखा रहे थे तब मैंने देखा कि उनका अधोवस्त्र पीछे की ओर से फटा हुआ है जिसमें से उनके नितंब का एक भाग दिख रहा है और वे बार-बार अपने चीवर के छोर को पीछे की ओर कटि प्रदेश में खींचते हुए अपनी लाज ढकने का प्रयत्न कर रहे हैं और बार-बार उनका फटा हुआ चीवर उनकी दीन अवस्था का प्रदर्शन करने लगता। उस दृश्य ने मुझे कई दिनों तक द्रवीभूत किया। उनके फटे हुए चीवर की तरह मुझे लगा कि मेरे हृदय का एक छोर भी फट गया है और उसके भीतर से मेरी लाज बार-बार झांक रही है। सचमुच बर्मीज बौद्ध भिक्षुओं की भारत में बड़ी ही दीन दशा है। बर्मा से कोई यात्री आ नहीं सकता और यहां कोई दान देता नहीं। सबके पासपोर्टों की अवधि पूरी हो गई। कोई चाहे तो अपने देश लौट भी नहीं सकता। बर्मा के विस्थापित भारतीय जिनको बर्मा के प्रति अनुराग है और जो बर्मा के प्रति हृदय से कृतज्ञ हैं और कुछ उनमें से भी हैं जिन्हें भगवान के सद्धर्म से लाभ हुआ है, उन सबको इन बुद्ध पुत्रों की देखभाल करनी चाहिए। परंतु अजीब लाचार अवस्था है। उम्र भर देते रहने का अभ्यास किसी से कुछ मांगने के लिए अड़चन पैदा करता है। एक झिझक की दीवार खड़ी होती है। न जाने इस स्वभाव में कब परिवर्तन आयेगा अथवा आ पायेगा भी या नहीं। एक नग्न भिक्षु को तुम्हारी ओर से भेजा गया यह चीवर का दान निश्चय ही तुम्हें अपरिमित पुण्य का अधिकारी बनायेगा। जब उस बौद्ध भिक्षु का पत्र पढ़ता हूं और कल्पना की आंखों से उस नूतन चीवर से परिवेष्ठित उस भिक्षु का दर्शन करता हूं तो मन प्रीति-सुख से रोमांचित हो उठता है। ऐसा ही पुलक रोमांच तुम्हें भी प्राप्त हो। यह चीवर का दान तुम्हारे साथ अपने परिवार के सभी सदस्यों के लिए असीम हित-सुख का कारण बने। इस मंगल भावना से बार-बार मन विभोर होता है। यह दान सचमुच त्रिविध परिशुद्ध दान हुआ। देने के पूर्व मन रोमांचित हुआ। भिजवाते समय मन रोमांचित हुआ और अब भिजवाने के बाद उसकी स्मृति से मन रोमांचित होने लगता है। ऐसे परिशुद्ध दान का फल महान पुण्यशाली होता है। यह समस्त परिवार के लिए सुख समृद्धि के संवर्धन का कारण बनेगा ही। यहां चीवर बनवा कर दान देने में अन्य कठिनाइयों के साथ-साथ आर्थिक कठिनाइयां भी हैं ही। परंतु शायद अब वे हल हो जायँगी।

(बर्मीज भिक्षुओं को दान Yangon 1967)

मैंने अभी-अभी संकल्प किया है कि परिवार के श्रद्धालु सदस्यों से दान इकट्ठा कर बेटी विमला के विवाह पर भारतवासी 15-20 बर्मीज भिक्षुओं को भारत के बने चीवर 1-1 जोड़ी दान करेंगे और आगामी होली के पूर्व उन्हें पहुंचा भी देंगे।

तुम्हारा अनुज,
सत्य नारायण गोयंका

(पू. गुरुजी द्वारा बाबूभैया को लिखे गये पत्रों से साभार... क्रमशः)

ऑनलाइन भावी शिविर कार्यक्रम एवं आवेदन

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

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

कृपया अन्य केंद्रों के कार्यक्रमानुसार भी इसी प्रकार आवेदन करें।
अन्य केंद्रों के कार्यक्रमों के विवरण कृपया निम्न लिंक पर खोजें:-

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

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- **सतिपट्ठान 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 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 सतिपट्ठान 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 सतिपट्ठान 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 – **समग्गानं 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 शिविरि** में सम्मिलित होने के लिए केवल एक सतिपट्ठान 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।) हिंदी वेबसाट हेतु लिंक www.hindi.dhamma.org

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:** 2 से 13-5, 16 से 27-5, 30-5 से 10-6, 16 से 27-6, 14 से 25-7, 28-7 से 8-8, 11 से 22-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 25-12-21 से 5-1-2022, ◊**सतिपट्ठान:** 7 से 15-10, **समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य तथा आचार्य सम्मेलन:** 13-12-2021, **सहायक आचार्य सम्मेलन:** 14 से 16-12, **सहायक आचार्य कार्यशाला:** 17 से 20-12, **प्रशिक्षक कार्यशाला:** 21-12, **ट्रस्टी तथा धम्मसेवक कार्यशाला:** 16 से 17-10, **(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 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)

◊ **सतिपट्ठान:** 2 से 10-9,
∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 21-9 से 2-10, 20-**दिवसीय:** 10 से 31-5, 24-7 से 14-8, **30-दिवसीय:** 4-6 से 5-7, 18-8 से 18-9, **45-दिवसीय:** 4-6 से 20-7, 19-12 से 3-2-2022, **60-दिवसीय:** 12-10 से 12-12.

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

दस-दिवसीय एकजीक्यूटिव शिविर: 30-11 से 11-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 18 से 26-11,
∞ **दीर्घ-शिविर:** 20-**दिवसीय:** 28-6 से 19-7, 30-**दिवसीय:** 8-5 से 8-6, 25-9 से 26-10, **45-दिवसीय:** 8-5 से 23-6, 25-9 से 10-11, **60-दिवसीय:** 23-7 से 22-9, 17-12 से 16-2-2022.

धम्मपत्तन : गोराई, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केन्द्र, एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोराई 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 एक्जीक्यूटिव शिविर:** 11 से 22-5, 3 से 14-6, 16 से 27-6, 30-6 से 11-7, 13 से 24-7, 28-7 से 8-8, 18 से 29-8, 14 से 25-9, 29-9 से 10-10, 13 से 24-10, 27-10 से 7-11, 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, 22-12 से 2-1-2022 ◊**सतिपट्ठान:** 24-5 से 1-6, **3-दिवसीय:** 12 से 15-8,; **1-दिवसीय मेगा:** 23-5, 25-7, 26-9, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 1 से 12-9 Email: registration_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/schedules/schpattana.shtml **"धम्मपत्तन"** विपश्यना केंद्र में केवल 90 साधकों के लिए स्थान है। अत: सभी साधकों से नम्र निवेदन है कि जिन्हें शिविर के लिए स्वीकृति-पत्र दिया जाय, वे ही आयें और जिन्हें स्वीकृति नहीं दी जा सकी, वे कृपया किसी प्रकार का आग्रह (दुराग्रह) न करें। • **कृपया अपना आपात्कालीन फोन-संपर्क (भले पास-पड़ोस का) अवश्य लिखें।)**

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोराई 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/हिन्दी 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 दारावे रेलवे स्टेशन के नजदीक हरबर 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:** 12 से 23-5, 26-5 से 6-6, 9 से 20-6, 23-6 से 4-7, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 29-9 से 10-10, 13 से 24-10, 27-10 से 7-11, 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, **1-दिवसीय:** हर रविवार, **सामू. साधना:** हर रोज प्रात: 9 से रात 9 तक, (साधक अपने समयानुसार आकर ध्यान कर सकते है);

धम्मवाहिनी : टिटवाला

मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र, गांव रूंदे, 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:** 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, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 23-10 से 3-11, 6 से 17-11, ◊ **सतिपट्ठान:** 14 से 23-8, ∞ **दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 30**-11 से 21-12, **30-दिवसीय:** 30-11 से 31-12,

धम्म वाटिका : 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
दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 12 से 23-5, 13 से 24-6, 27-6 से 8-7, 25-7 से 5-8, 11 से 22-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-10, 21-10 से 1-11, 21-11 से 2-12, 25-12-21 से 5-1-22, (केवल महिलाएं) 3-5 से 1-6, 11 से 22-7, 24-9 से 5-10, 7 से 18-11, ◊ **सतिपट्ठान:** (केवल पुरुष) 12 से 20-9, (केवल महिलाएं) 5 से 13-12,

धम्मानन्द : 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)» 8 से 19-5, 12 से 23-6, 10 से 21-7, 14 से 25-8, 11 से 22-9, 9 से 20-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 22-5 से 2-6, 26-6 से 7-7, 24-7 से 4-8, 28-8 से 8-9, 25-9 से 6-10, 27-11 से 8-12, 25-12 से 5-1, ◊ **सतिपट्ठान:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 23 से 31-10, **3-दिवसीय:** 3 से 6-6, 5 से 8-8, **संपर्क:** पुणे विपश्यना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250.
Email: info@ananda.dhamma.org; टे.फैक्स: 24464243.

दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)

विशेष 10-दिवसीय

5 से 16-5-2021	धम्मअजय - चंद्रपुर (महाराष्ट्र)
2 से 13-6-2021	धम्मखेत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
19 से 30-6-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
30-6 से 11-7-2021	धम्मगिरि : इगतपुरी (महाराष्ट्र)
17 से 28-7-2021	धम्मपट्ठान - सोनीपत (हरियाणा)
21-7 से 1-8-21	धम्मसिन्धु, बाडा-कच्छ
19 से 30-7-2021	धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)
28-7 से 8-8-2021	धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)

30-8 से 10-9-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
1 से 12-9-2021	धम्मपत्तन - गोराई, बोरीवली, मुंबई
4 से 15-9-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
21-9 से 2-10-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 से 17-10-2021	धम्मबोधि -बोधगया (बिहार)
15 से 26-10-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
17 से 28-10-2021	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
20-11 से 1-12-2021	धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)

20-दिवसीय

5 से 26-5-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
10 से 31-5-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 से 23-6-2021	धम्मखेत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
20-6 से 11-7-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
28-6 से 19-7-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
30-6 से 21-7-2021	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
1 से 22-7-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
24-7 से 14-8-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 से 23-8-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
3 से 24-8-2021	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
11-8 से 1-9-2021	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
25-8 से 15-9-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात
5 से 26-9-2021	धम्मगढ़ - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
8 से 29-9-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
11-9 से 2-10-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
28-9 से 19-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
6 से 27-10-2021	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
7 से 28-11-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
30-11 से 21-12-2021	धम्मवाहिनी - टिटवाला
4 से 25-12-2021	धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)

30-दिवसीय

5-5 से 5-6-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-5 से 8-6-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-6 से 2-7-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
2-6 से 3-7-2021	धम्मखेत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
4-6 से 5-7-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
30-6 से 31-7-2021	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
1-7 से 1-8-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
1-8 से 1-9-2021	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
11-8 से 11-9-2021	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
18-8 से 18-9-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
28-8 से 28-9-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
11-9 से 12-10-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
18-9 से 29-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
25-9 से 26-10-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 to 31-10-2021	धम्मउत्कल - खरियार रोड (उडीसा)
6-11 से 7-12-2021	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
7-11 से 28-11-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
30-11 से 31-12-2021	धम्मवाहिनी - टिटवाला
21-12-2021 से 21-1-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात

45-दिवसीय

8-5 से 23-6-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2-6 से 18-7-2021	धम्मखेत्त - हैदराबाद (तेलंगाना)
4-6 से 20-7-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
25-9 से 10-11-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
15-10 से 30-11-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
2-11 से 18-12-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
17-12-2021 से 1-2-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
19-12 से 3-2-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
21-12-2021 से 5-2-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
9-2-2022 से 27-3-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)

60-दिवसीय

23-7 से 22-9-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
12-10 से 12-12-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
17-12 से 16-2-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)

धम्मपुण्ण : 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.org, **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 2 से 13-5, 9-9, 3 से 14-10, 7 से 18-11, 5 से 16-12, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी)» 16 से 27-5, 18 से 29-7, 15 से 26-8, 17 से 28-10, 21-11 से 2-12, 19 से 30-12,, ◊ **सतिपट्ठान:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» **21 से 29-9, 3-दिवसीय:** 28 से 31-10, **किशोरों का शिविर:** 2 से 10-5, **किशोरियों का शिविर:** 16 से 24-5, # **2-दिवसीय बाल-शिविर:** (12 से 18 वर्ष लड़के) 11 से 12-5, (12 से 18 वर्ष लड़किया)» 14 से 15-5, **1-दिवसीय:** हर माह दुसरे गुरुवार तथा चौथे रविवार प्रात: 8:30 से 4:30 तक, # **बाल-शिविर:** (9 से 18 वर्ष) हर माह प्रथम तथा तिसरे रविवार (प्रात: 8 से दोपहर 2.30 तक)

धम्मअजन्ता : औरंगाबाद (महाराष्ट्र)

अजंता अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना समिति, गट नं. 45 रामपुरी, वैजापुर रोड, औरंगाबाद-431003. **संपर्क:** फोन: (0240) 2040444, मोबाईल: 94222-11344, 99218-17430. Email: info@dhammaajanta.org; **दस-दिवसीय:** 19 से 30-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 30-6 से 11-7, 14 से 25-7, **किशोरों का शिविर: 10 से 18-5,**

धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)

खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडरगांव जलशुद्धिकरण केंद्र के पास, मु. पो. तिखी, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नही) (केंद्र जाने के लिए "पाच कंदील" के पास "शेरे पंजाब लॉज" पहुँचें। वहां से तिखी गांव के लिए ऑटोरिक्शा मिलते हैं। **दस-दिवसीय:** 2-5 से 13-5, 16 से 27-5, 30-5 से 10-6, 27-6 से 8-7, 11 से 22-7, 25-7 से 5-8, 22-8 से 2-9, 12 से 23-9, 26-9 से 7-10, 7 से 18-11, 21-11 से 2-12, 16 से 27-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 12 से 21-6, 6 से 15-8, 5 से 14-12, **2-दिवसीय:** 23 से 25-6, 18 से 20-8, 12 से 14-10, # **बाल-शिविर:** 16-8 10-10, 1-11, 29-12, 30-12, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 17** से 28-10, **संपर्क:** डॉ. देवरे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर

धम्मसिद्धपुरी विपश्यना ध्यान केंद्र, off विजापुर रोड, भाटेवाडी के पास, सोरेगाव - डोणगाव 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 उकरंडे, मोबा. 9860759866, **दस-दिवसीय:** 2 से 13-6, 16 से 27-6, 30-6 से 11-7, 14 से 25-7, 28-7 से 8-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 29-9 से 10-10, 13 से 24-10, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 29-12 से 9-1, **2-दिवसीय:** 13 से 16-5, 12 से 15-8, 11 से 14-11, **किशोरों का शिविर:** 21 से 29-5, 26-10 से 3-11,

धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केन्द्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रेलवे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: **संपर्क:** मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, **दस-दिवसीय:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 19 से 30-9, 7 से 18-11, 21-11 से 2-12, 5 से 16-12, 19 से 30-12, (हिंदी एवं मराठी भाषी, केवल महिलाएं)» 2 से 13-5, (हिंदी एवं मराठी भाषी)» 13 से 24-6, 27-6 से 8-7, 25-7 से 5-8, 3 से 14-10, 17 से 28-10, (हिंदी, अंग्रेजी तथा कन्नडी भाषी)» **11 से 22-7,** ◊ **सतिपट्ठान:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 29-6 से 8-7, 5 से 14-10, 21 से 30-12, **3-दिवसीय:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) **14 से 17-9, 2-दिवसीय:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) **10 से 12-6, 29 से 31-10, किशोरियों का शिविर:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)» 16 से 24-5, **किशोरों का शिविर:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) » **30-5 से 7-6,** # **2-दिवसीय बाल-शिविर:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) **धम्मसेवक कार्यशाला:** (हिंदी एवं मराठी भाषी)» **19 से 20-11,** ∞ **दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 11-8 से 1-9, 30-दिवसीय: 11-8 से 11-9,**

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:** 2 से 13-6, 16 से 27-6, 30-6 से 11-7, 28-7 से 8-8, 11 से 22-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 20-10 से 7-11, 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 24-12 से 1-1-2022, **3-दिवसीय:** 27 से 30-5, **1-दिवसीय:** 26-5, 13-6, 27-6, 11-7, 23-7, 8-8, 22-8, 5-9, 19-9, 3-10, 17-10, 7-11, 21-11, 5-12, 19-12, **किशोरियों का शिविर: 8 से 16-5, किशोरों का शिविर: 17 से 25-5, सहायक आचार्य कार्यशाला: 14 से 18-7-2021,**

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:** 5 से 16-5, 2 से 13-6, 7 से 18-7, 3 से 14-8, 1 से 12-10, 8 से 19-11, 8 से 19-12, (केवल महिलाएं)»18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 25-9, ◊ **सतिपट्ठान:** 22 से 30-7, 22 से 30-12, **3-दिवसीय:** 24 से 27-3, 21 से 24-4, 16 से 19-6, 21 से 24-10, 24 से 27-11, **1-दिवसीय:** 16-5, 30-5, 13-6, 18-7, 14-8, 12-9, 21-11, 6-12, # **बाल-शिविर: 21 से 24-10, सामू. साधना:** हर रोज प्रात: 5 से 6 तथा सायं 6 से 7 तक एवं हर रविवार प्रात: 8 से 9; # **बाल आनापान सामू. साधना: हर** रविवार प्रात: 8 से 9, **संपर्क:** 1) श्री सुखदेव नारनवरे, मोबा. 9422129229. 2) श्री कमलेश चाहन्दे, मोबा. 9373104305.,

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिंपलगांव बायपास, यवतमाल - 445001, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष तथा महिला)» 11 से 22-1, 15 से 26-2, 10 से 21-3, 1 से 12-4, 1 से 12-5, 15 से 26-6, (केवल पुरुष तथा भिक्खु 9 से 20-7), 2 से 13-8, 18 से 29-9, 19 से 30-10, 3 से 14-11, 7 से 18-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 15 से 23-5, 19 से 27-11, **3-दिवसीय:** 26 से 29-3, 16 से 19-8, **1-दिवसीय:** 26-5, 13-6, 24-7, 1-8, 29-9, 10-10, 5-12, # **बाल-शिविर:** 30-5, 27-6, 25-7, 29-8, 12-9, 3-10, 28-11, 26-12, **संपर्क:** 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475, 3) देवेंद्र मेश्राम 9822235527.

चिटकी(वर्धा): धम्मकुटीविपश्यनाकेंद्र, चिटकी, पुलगाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, **दस-दिवसीय:** 7 से 18-9, 6 से 17-10, 6 से 17-11, 7 से 18-12, **संपर्क:** श्री. खंडारे, फोन: 07158-284372, मोबा. 9028494401, श्री भेले, मोबा. 9834603076,

रोहणागांव: (पवनी, भंडारा): **दस-दिवसीय:** 19 से 30-5, 16 से 27-6, 7 से 18-7, **स्थान:** विसुध्दमग्गो विपस्सना चॅरिटेबल ट्रस्ट, व्दारा संचालित - धम्मपवन विपश्यना **केन्द्र,** रोहणा गांव (पवनी) जि. भंडारा, **संपर्क: 1)** श्री शैलेष कांबळे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेके, मोबा. 9223349183,

तुमसर (भंडारा): **दस-दिवसीय:** 20 से 31-10, 17 से 28-11, 15 से 26-12, **3-दिवसीय:** 16 से 19-10, **1-दिवसीय:** 8-4, 7-5, 4-6, 3-8, 2-9, 1-10, # **बाल-शिविर** 18-10, 29-11, 26-12, **स्थान:** बुद्धविहार ॲण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, **संपर्क:** 1) श्री डोंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चौरे, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडाणे, मोबा. 096236-68240,

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेलवे लाइन के पास, सहकार नगर, भंडारा 441904, **दस-दिवसीय:** 20 से 31-7, 10 से 21-8, 21-9 से 2-10, 4 से 15-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 6 से 14-9, 21 से 29-11, **3-दिवसीय:** 27 से 30-3, **2-दिवसीय:** 24 to 26-12, **1-दिवसीय:** 26-5, 27-6, 1-8, 22-8, 19-9, 3-10, 19-10, **किशोरियों का शिविर:** 7 से 16-11, # **2-दिवसीय बाल-शिविर:** 15 से 16-11, 1 से 2-5, # **1-दिवसीय बाल-शिविर:** 11-5, 25-5, 8-6, 22-6, 11-7, 29-8, 19-9, 10-10, 19-12,

संपर्क: सलूजा, 09423673572, चौरे, 9890441071, विनोद, 9422833002, 7588749108,

धम्म निरंजन : नांदेड

विपश्यना साधना केंद्र, नई डंकीण (गोदावरी नदी के किनारे) नांदेड, **संपर्क:** 1) श्री दहिवेले, मोबाइल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं)» 7 से 18-7, 6 से 17-10, 8 से 19-12, (केवल पुरुष)» 16 से 27-6, 1 से 12-9, 17 से 28-11, ◊ **सतिपट्ठान:** 14 से 22-8, **3-दिवसीय:** 10 से 13-6, 22 से 25-7, # **3-दिवसीय बाल-शिविर:** (केवल लड़के)» 7 से 10-11, (केवल लड़किया)» 11 से 14-11, **2-दिवसीय बाल-शिविर:** .... **1-दिवसीय:** 26-5, 27-6, 18-7, 29-8, 12-9, 17-10, 29-12, **स्वयं शिविर:** हर रविवार प्रात: 6 से 10 तक # **बाल आनापान ऑनलाईन शिविर:** हर माह तीसरे रविवार **धम्मसेवक कार्यशाला:** 10-1,

धम्म वसुधा : हिवरा वर्धा

विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट झडशी, ता. सेलु, जि. वर्धा, Email: dhammavasudha@gmail.com 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. मोबा. **दस-दिवसीय:** 17 से 28-10, 10 से 21-11, ◊ **सतिपट्ठान:** 1 से 9-12, **संपर्क:** 1) श्री बांते, 9326732550, 9326732547. 2) श्री काटवे, मोबा. 9890309738.

धम्मअनाकुल : खापरखेड़ा फाटा, तेल्हारा (अकोला)

विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेड़ा फाटा, तेल्हारा-444108 जि. अकोला **Email:** info.anakula.@vridhamma.org, **Website:** www.anakula.dhamma.org, मोबा. 9421156138, 9881204125, 9421833060, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष)» 9 से 20-6, 3 से 14-8, 1 से 12-9, 20 से 31-10, 24-11 से 5-12, (केवल महिलाएं)» 10 से 21-3, 7 से 18-4, 5 से 16-5, 23-6 से 4-7, 18 से 29-8, 15 से 26-9, 4 से 15-10, 10 से 21-11, 8 से 19-12, **दस-दिवसीय:** (केवल भिक्षुओं के लिए)» 7 से 18-7, ◊ **सतिपट्ठान:** 29-5 से 6-6, 23 से 31-7, **3-दिवसीय:** 29-9 से 2-10, 23 से 26-12, **2-दिवसीय:** 21 से 23-5, **1-दिवसीय:** 26-5, 21-7, 19-10, **संपर्क:** 1) विपश्यना चैरिटेबल ट्रस्ट, शेगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

कोटंबा (यवतमाळ): **दस-दिवसीय:** (पुरुष तथा महिला)» 2 से 13-5, 16 से 27-5, 4 से 15-7, 12 से 23-9, 2 से 13-10, 5 से 16-12 (केवल महिलाएं) » 1 से 12-8-2021 (केवल भिक्षु तथा पुरुषों के लिए) » 6 से 17-6 (केवल भिक्षुणियां तथा महिला) 7 से 18-11, **1-दिवसीय:** हर रविवार सुबह 8 से 3 तक # **बाल-शिविर:** 23-5, 20-6, 18-7, 29-8, 26-9, 17-10, 28-11, 26-12, **संपर्क:** धम्मभूमि विपश्यना चॅरीटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि.

यवतमाळ-445001. मोबा. 9822896453, 7776964808, 7038918204, 9175622575,

मलकापुर: (अकोला) **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष)» 3 से 14-10, (केवल महिलाएं)» 13 से 24-5, 12 से 23-12, 1 से 12-6, **स्थान:** भदन्त आनंद निवास, राजरतन कॉलनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001, मोबा. 9421937014, **संपर्क:** 1) श्री तायडे, मोबा. 9421794874, 2) श्री आठवले, मोबा. 9404092468.

पातुर: (अकोला) विपश्यना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातुर जि. अकोला - 444501, **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं)» 1 से 12-6, 25-7 से 5-8, 20-11 से 1-12, 20 से 28-12, (केवल पुरुष)» 11 से 22-5, 25-6 से 6-7, 10 से 21-8, 21-9 से 2-10, (केवल भिक्षु 23-10 से 3-11) ◊ **सतिपट्ठान:** 26-8 से 3-9, # **3-दिवसीय बाल-शिविर:** (10 से 17 वर्ष) 7 से 10-11, **1-दिवसीय:** हर माह दूसरे रविवार, समय 9 से 5, # **बाल-शिविर:** (उम्र 10 से 16 वर्ष) हर माह तीसरे रविवार, समय 9 से 5, **संपर्क:** 1) श्री. जगन्नाथ गवई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

धम्मअजय : चंद्रपुर (महाराष्ट्र)

विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम - अजयपूर, पो. चिचपल्ली, मुल रोड, चंद्रपुर, Online Registration :- Website :- www.ajaya.dhamma.org, Email: dhammaajaya@gmail.com, **संपर्क:** 1) मिलींद घरडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वार्ड, नं. 2, चंद्रपूर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, **दस-दिवसीय:** 28-5 से 8-6, (केवल भिक्षुओं के लिए 16 से 27-6) 2 से 13-7, 28-7 से 8-8,12 से 23-8, 29-8 से 9-9, 12 से 23-9, 29-9 से 10-10, 17 से 28-10, 1 से 12-11, 8 से 19-12, 26-12 से 7-1, ◊ **सतिपट्ठान:** 27-11 से 5-12, **3-दिवसीय:** 18 से 21-7, **2-दिवसीय:** 21 से 23-5, 19 से 21-11, **1-दिवसीय:** 26-5, 27-6, 23-7, 8-8, 26-9, 10-10, 19-12, **बाल शिविर शिक्षक कार्यशाला:** 2-5, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 5 से 16-5,

धम्मपदेस : पाली (रत्नागिरी)

कोंकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, **Email:** info@pades.dhamma.org, **Website:** https://pages.dhamma.org, **दस-दिवसीय: 1 से 12-5, 15 से 26-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 1 से 12-8, 15 से 26-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 15 से 26-10, 1 से 12-11, 15 से 26-11, 1 से 12-12,** ◊ **सतिपट्ठान: 15 से 24-7, 15 से 24-12, 3-दिवसीय: 1 से 4-7, संपर्क:** 1. श्री संतोष आयरे 1) 9975434754 / 9960503598

महाड: दस-दिवसीय: (केवल पुरुष)» 2 से 13-5, 6 से 17-6, 4 से 15-7, 18 से 29-7, 1 से 12-8, 15 से 26-8, 5 से 16-9, 19 से 30-9, 3 से 14-10, 17 से 28-10, 7 से 28-11, 21-11 से 2-12, 5 से 16-12, 19 से 30-12, (केवल महिलाएं)» 16 से 27-5, 20-6 से 1-7, **3-दिवसीय: (केवल पुरुष)»** 27 से 30-5, 26 से 29-8, 28 से 31-10, , **1-दिवसीय : हर माह** पहले रविवार **प्रात: 10 बजे से दोपहर 3 बजे तक,** # **बाल शिविर:** हर माह तीसरे रविवार प्रात: 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक, **स्थान:** डा. बाबासाहेब आंबेडकर मेमोरीयल हॉल, विपश्यना शिवाजी चौक, कोटेश्वरी तले, महाड-402301, जिला: रायगड, **संपर्क: (020) 24436250,** Email: info@punna.dhamma.org, मोबा: 7719070011.

जयपुर एवं उत्तर भारत

धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

राजस्थान विपश्यना केन्द्र, पो.बॉ. 208, जयपुर-302001, **पंजीकरण संपर्क:** मोबा. 0-99301-17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 9 से 20-5, 23-5 से 3-6, 6 से 17-6, 19 से 30-6, 4 से 15-7, 18 से 29-7, 1 से 12-8, 15 से 26-8, 29-8 से 9-9, 12 से 23-9, 7 से 18-11, 21-11 से 2-12, 5 से 16-12, 22-12 से 2-1-2022 ◊ **सतिपट्ठान:** 8 से 16-6, 20 से 28-7, **3-दिवसीय: 2021»** 16 से 19-12,

∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 19 से 30-6, **20-दिवसीय:** 28-9 से 19-10, **30-दिवसीय:** 7-2 से 10-3, 18-9 से 29-10,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विपश्यना केन्द्र, ग्राम रेवत (केडेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 14 से 25-5, 28-5 से 8-6, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 13 से 24-9, 26-9 से 7-10, 10 से 21-10, 23-12 से 3-1, ◊ **सतिपट्ठान:** 23 से 31-10, 11 से 19-12, **किशोरों का शिविर:** 19 से 27-6, **किशोरियों का शिविर:** 11 से 19-6, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 30-8 से 10-9, **20-दिवसीय:** 1 से 22-7, 7 से 28-11, **30-दिवसीय:** 1-7 से 1-8, 7-11 से 8-12,, **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.

धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसोर्ट के पीछे, अध्यात्म विज्ञान सत्संग केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org. **दस-दिवसीय:** 15 से 26-6, 30-6 से 11-7, 14 से 25-7, 29-7 से 9-8, 14 से 25-9, 9 से 20-10, 23-10 से 3-11, 7 से 18-11, 22-11 से 3-12, 20 से 31-12 ◊ **सतिपट्ठान:** 29-9 से 7-10, **3-दिवसीय:** 11 से 14-8, 7 से 10-12, **1-दिवसीय:** 26-5, **किशोरों का शिविर:** 31-5 से 8-6, **किशोरियों का शिविर:** 2 से 10-9, # **बाल शिविर 3-दिवसीय:** (13 से 16 वर्ष) 11 से 14-5, (13 से 16 वर्ष केवल लड़के) 18 से 21-8, (13 से 16 वर्ष केवल लड़किया) 25 से 28-8, **संपर्क:** 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लींक 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:** 29-5 से 9-6, 12 से 23-6, 27-6 से 8-7, 13 से 24-7, 12 से 23-9, 17 से 28-10, 8 से 19-11, 23-11 से 4-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 28-9 से 6-10, 22 से 30-12, **3-दिवसीय:** 11 से 14-8, 9 से 12-10, 8 से 11-12, **1-दिवसीय:** 26-5, **तथा** हर रविवार, **किशोरों का शिविर:** 1 से 9-9, # **बाल शिविर 3-दिवसीय:** (13 से 16 वर्ष लड़के) 17 से 20-8, (13 से 16 केवल लड़किया) 24 से 27-8, # **बाल शिविर 2-दिवसीय:** (13 से 16 वर्ष लड़के) 31-10 से 2-11,

∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 28-7 से 8-8,

धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्मोद 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: 2021»** 5 से 16-5, 19 से 30-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, **संपर्क:** विपश्यना साधना संस्थान, रुम न. 1015, 10 वां तल, हेमकुंठ/मोदी टावर्स, 98 नेहरू प्लेस, नई दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

धम्मपट्ठान : सोनीपत (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapatthana@gmail.com, ◊ **सतिपट्ठान:** 7 से 15-5, 19 से 27-5, 6 से 14-7, 23 से 31-12, **सहायक आचार्य कार्यशाला:** 2 से 5-10, **धम्मसेवक कार्यशाला:** 6 से 7-10, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 17 से 28-7, 15 से 26-10, **20-दिवसीय:** 12-4 से 3-5, 2 2 से 23-8, **30-दिवसीय:** 21-2 से 24-3, 1-6 से 2-7, 28-8 से 28-9, **45-दिवसीय:** (15 दिवसीय आनापान) 21-2 से 8-4, 2-11 से 18-12, **संपर्क:** धम्मसोत-संपर्क पर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअर पोर्ट/कुंजपुरा रोड, गव्हर्मेंट 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: 14 से 25-4, 28-4 से 9-5, 12 से 23-5, 23-6 से 4-7, 14 से 25-7, 28-7 से 8-8, 11 से 22-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 13 से 24-10, 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, 22 से 2-1-2022, ◊ **सतिपट्ठान:** 27-10 से 4-11, **किशोरों का शिविर- »** 29-5 से 6-6, **किशोरियों का शिविर- »12 से 20-6,**

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिति, लाहली - आंवल रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानौर, जिला: रोहतक - 124001, **संपर्क:** 92543-48837, 9416303639. **दस-दिवसीय:** 7 से 18-4, 21-4 से 2-5, 5 से 16-5, 19 से 30-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 6 से 14-11, **3-दिवसीय:** 1 से 4-4, 1 से 4-7,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

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

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केंद्र, धरमकोट मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिला- कांगरा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (पंजीकरण के लिए फोन सायं 4 से 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, **दस-दिवसीय: 2021»** अप्रेल से नवंबर हर माह 1 से 12 तथा 15 से 26. केवल अन्य शिविरों के समय नहीं ◊ **सतिपट्ठान:** 15 से 23-11, **3-दिवसीय: »**23 से 26-11,

धम्मलद्ध : लेह-लद्दाख (जम्मू-कश्मीर)

विपश्यना साधना केंद्र, लद्दाख, (लेह से 8/9 कि. मी.) **संपर्क:** श्री लोभङ्गंग विसुद्धा, एन्शट ट्रॅक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. **दस-दिवसीय: 14 से 25-4, 12 से 23-5, 9 से 20-6, 7 से 18-7, 4 से 15-8, 1 से 12-9, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 27-10 से 7-11, 10 से 21-11, 1 से 12-12,** ◊ **सतिपट्ठान:** 31-3 से 8-4, 28-4 से 6-5, 26-5 से 3-6, 25-6 से 3-7, 21 से 29-7, 18 से 26-8, 15 से 23-12, **3-दिवसीय:** 16 से 19-9, **2-दिवसीय:** 9 से 11-4, 7 से 9-5, 4 से 6-6, 30-7 से 1-8, 27 से 29-8, सामू. साधना: हर रविवार प्रात: 9:00 से **1-दिवसीय:** हर माह दूसरे रविवार. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)

देहरादुन विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादुन कॅन्ट तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादुन-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, 70783-98566, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; **दस-दिवसीय:** 14 से 25-4, 28-4 से 9-5, 12 से 23-5, 26-5 से 6-6, 9 से 20-6, 23-6 से 4-7, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 20 से 31-10, 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 5 से 13-10, 3 से 11-4, 22 से 30-12, **3-दिवसीय:** 15 से 18-8, **2-दिवसीय:** 17 से 19-10, **संपर्क:** 1) श्री भंडारी, 16 टैगोर विला, चक्राता रोड, देहरादुन-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फैक्स: 2715580.

धम्मलक्खण : लखनऊ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शी का तालाब, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारम्भ के दिन दोपहर 2 से 3 तक बक्शी का तालाब रेलवे क्रासिंग से वाहन सुविधा उपलब्ध।) Email: info@lakkhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453211879, **दस-दिवसीय:** 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, ◊ **सतिपट्ठान:** 19 से 27-10, **3-दिवसीय:** 28 से 31-10, **2-दिवसीय:** 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, # **3-दिवसीय बाल शिविर:** (13 से 17 वर्ष लड़के) 26 से 29-12, (13 से 17 केवल लड़किया) 30-12-21 से 2-1-22, ∞ **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.)

जेतवन विपश्यना साधना केंद्र, कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कालेज के सामने, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatthi.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 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, ◊ **सतिपट्ठान:** 29-8 से 6-9, 14 से 22-12, # **बाल शिविर:** (8 से 12 वर्ष लड़के, तथा 8 से 16 वर्ष लड़किया)» 24 से 27-12, (12 से 16 वर्ष केवल लड़के)» 28 से 31-5, 28 से 31-12, ∞ **दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय:** 8 से 29-9, **45-दिवसीय:** 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 केंद्र, खरगौपुर गांव, पो. पियरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारनाथ म्युजियम से ऑटोरिक्शा 100/- है।) **दस-दिवसीय:** 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, 3 से 14-10, 18 से 29-10, 3 से 14-10, 18 से 29-10, 20 से 31-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 9 से 17-12, **3-दिवसीय:** 28 से 31-8, **बाल शिविर शिक्षक कार्यशाला:** 30-10 से 2-11, ∞ **दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय:** 3 से 24-8, **30-दिवसीय:** 6-11 से 7-12, **संपर्क:** मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.ag4@gmail.com,

धम्मकाया कुशीनगर (उ.प्र.)

धम्मकाया विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम- धूरिया भाट, बनवारी टोला के पास तहसील- कसया, देवरिया रोड, तहसील कसया, जिला- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaaya.vskk@gmail.com; **दस-दिवसीय:** मई-जून को छोड़ कर — हर माह 1 से 12 तथा 16 से 27; एवं 15 to 26-5, 17-6 to 28-6; **एक दिवसीय:** 26-5 (बुद्ध पूर्णिमा), **#-सतिपट्ठान:** 28 to 5-6; **किशोरियों का शिविर-** 6 to 14-6; किशोरों का शिविर: 7 to 15-6;. **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 केंद्र, ढोढ़ी घाट, रूमा, पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशन से 23 कि0 मी0) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं) **दस-दिवसीय:** 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, ◊ **सतिपट्ठान:** 22 से 30-11, **3-दिवसीय: 1 से 4-4, 1 से 4-9, किशोरियों का शिविर: 24-5 से 1-6,** # **3-दिवसीय बाल-शिविर: (8 से 12 वर्ष))» 1 से 4-6, एक-दिवसीय:** हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सायं 5 तक, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20-11 से 1-12-21,**

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केंद्र, पुलीस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ-250002, **कार्यालय संपर्क:** फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, **10-दिवसीय: 2021»** 7 से 18-4, 21-4 से 2-5, 5 से 16-5, 19 से 30-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, ◊ **सतिपट्ठान: 2021» 6 से 14-11, 3-दिवसीय: 2021»**1 से 4-4, 1 से 4-7,

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.long-course@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, 29-12 -2021 से 9-1-2022, 12 से 23-1-2022, ◊ **सतिपट्ठान:** 18 से 26-10, 26-1-2022 से 3-2-2022, ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 6 से 17-10, **20-दिवसीय:** 6 से 27-10, **30-दिवसीय:** 1-8 से 1-9, **45-दिवसीय:** 9-2-2022 से 27-3-2022,

धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, ग्राम- लदौरा, पाक्री, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, **दस-दिवसीय:** 6 से 17-4, 19 से 30-4, 5 से 16-5, 19 से 30-5, 5 से 16-6, 19 से 30-6, 5 से 16-7, 19 से 30-7, 5 से 16-8, 19 से 30-8, 5 से 16-9, 19 से 30-9, 2 से 13-10, 19 से 30-10, 19 से 30-11, 5 से 16-12, 19 से 30-12, 5 से 16-1, 19 से 30-1, ◊ **सतिपट्ठान:** 1 से 9-11, **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: dham-maupavan@gmail.com, **दस-दिवसीय:** हर माह 3 से 14 (नवंबर 2021 में नहीं) 13 से 24-11, 3 से 14-1-2022,

नालंदा (बिहार): दस-दिवसीय: दस-दिवसीय: अप्रेल 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

धम्मपाटलिपुत्त : 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:** 3-4 to 14-4, 17-4 to 28-4, 3-5 to 14-5, 17-5 to 28-5, 3-6 to 14-6, 17-6 to 28-6, 3-7 to 14-7, 17-7 to 28-7, 17-8 to 28-8, 3-9 to 14-9, 17-9 to 28-9, 3-10 to 14-10, 3-11 to 14-11, 3-12 to 14-12, 17-12 to 28-12, 3-1 to 14-1-22, 17-1 to 28-1-22. ◊ **सतिपट्ठान:** 3-8 to 11-8-21

धम्मवेसाली : वैशाली (बिहार)

धम्मवेसाली पिवश्यना केंद्र, वियतनाम महाप्रजापति ननरी, विश्वशांति पगोडा रोड, वैशाली-844128, **संपर्क: 9102288680,** श्री राजकुमार गोयन्का, फोन: 0621 2240215, 89359 63703, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; **दस-दिवसीय:** हर माह-- 4 से 15, जनवरी से दिसंबर तक.

कच्छ एवं गुजरात

धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

कच्छ विपश्यना केन्द्र, ग्राम- बाड़ा, ता. मांडवी, जिला- कच्छ 370475. मोबा. 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:** 8 से 19-4, 29-4 से 10-5, 20 से 31-5, 10 से 21-6, 1 से 12-7, 7 से 18-7, 20 से 31-7, ◊ **सतिपट्ठान:** 22 से 30-4, 22 से 30-6; ∞ **दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 21-7 से 1-8, **20-दिवसीय:** 5 से 26-3, 5 से 26-5, **30-दिवसीय:** 5-3 से 5-4, 5-5 से 5-6, **45-दिवसीय:** 5-3 से 20-4, **संपर्क:** मोबा. 7874623305, 9825320551.

धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीठ्ठा 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, **10-दिवसीय:** ....., ◊ **सतिपट्ठान: 7 से 15-4,**

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 स्टॅड (अहमदाबाद) दोपहर 2:30 बजे) **10-दिवसीय:** 7 से 18-4, **संपर्क:** 1) श्रीमती शशि तोडी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पच्छिम से 2 कि0 मी0 दुरी 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:** 31-3 से 11-4, 14 से 25-4, 28-4 से 9-5, 15 से 23-5, 29-6 से 10-7, 11 से 22-7, 26-7 से 6-8, 7 से 18-8, 18 से 29-9, 6-10 से 17-10, 20 से 31-10, 6 से 17-11, 24-11 से 5-12, 7 से 18-12, ◊ **सतिपट्ठान: 25-8 से 2-9, 3-दिवसीय:** 27 से 30-5, 24 से 27-6, 22 से 25-7, 19 से 22-8, 30-9 से 3-10, 18 से 21-11, **किशोरियों का शिविर:** 3 से 11-6, **किशोरों का शिविर:** 15 से 23-6, ∞ **दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 4 से 15-9, **20-दिवसीय:** 25-8 से 15-9, **30-दिवसीय:** 21-12 से 21-1, **45-दिवसीय:** 21-12 से 5-2-22,

दक्षिण भारत

धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पझान- थडलम 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 गोयन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgiclothing.in, **10-दिवसीय:** 21-4 से 2-5, 5 से 16-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 5 से 16-11, 18 से 29-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, **3-दिवसीय:** 4 से 7-3, 27 से 30-5, 30-9 से 3-10, 28 से 31-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 10 से 18-4, 30-6 से 8-7, **1-दिवसीय:** 26-5, 24-6, **धम्मसेवक कार्यशाला: 22 से 23-5,**

∞ **दीर्घ शिविर:20-दिवसीय: 30-6 से 21-7, 30-दिवसीय: 30-6 से 31-7,**

धम्म मधुरा : मदुराई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेतिया पट्टी, ता. आतुर पो. गांधीग्राम युनिवरसिटी दिंडीगुल-624302, Email.: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 9442603490, 9442103490, **10-दिवसीय:** 14 से 25-4, 5 से 16-5, 19 से 30-5, 16 से 27-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 10 से 21-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 11 से 19-9, **3-दिवसीय:** 18 से 21-3, 1 से 4-7, 2 से 5-9, 3 से 6-6, 25 से 28-11,

धम्मनागाज्जुन : 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@nagajjuna.dhamma.org,

1-दिवसीय: हर पूर्णिमा, (दक्षिण भारत के सभी कार्यक्रम नेट पर देखें और ऑनलाइन आवेदन करें।)

मध्य भारत

धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-462 044, **संपर्क:** मोबा. 94069-27803, 7024771629, **संपर्क:** 1) प्रकाश गेडाम, 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:** 7 से 18-4, 5 से 16-5, 19 से 30-5, 2 से 13-6, 14 से 25-7, 28-7 से 8-8, 25-8 से 5-9, 20 से 31-10, 6 से 17-11, 1 से 12-12, ◊ **सतिपट्ठान:**11 से 19-8, 20 से 28-11, **3-दिवसीय:** 1 से 4-4, 16 से 19-6, ∞ **दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय:** 21-4 से 2-5, **20-दिवसीय:** 20-6 से 11-7, 11-9 से 2-10, **30-दिवसीय:** 11-9 से 12-10, **45-दिवसीय:** 17-12 से 1-2-22,

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:** 14 से 25-4, 19 से 30-5, 12 से 23-6, 14 से 25-7, 4 से 15-8, 4 से 15-9, 2 से 13-10, 19 से 30-11, 15 से 26-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 18 से 26-12-21, 3-**दिवसीय:** 13 से 16-10, 26 से 29-12, **2-दिवसीय:** 25 से 27-4, 23 से 25-6, 15 से 17-8, **सामू. साधना:** हर रविवार प्रात: 8 से 9 **संपर्क कार्यालय:** विक्रम नगर, म्हो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

"विपश्यना धम्मगुना, ग्राम- पगारा, 12 किमी. 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:** *2 से 13-4, 14 से 25-5, 18 से 29-6, 16 से 27-7, 7 से 18-8, 17 से 28-9, 20 से 31-10, 19 से 30-11, 10 से 21-12,*

आमला (बैतूल): दस-दिवसीय: (केवल महिलाएं)**» 22-4 से 3-5, 8 से 19-12,** (केवल पुरुष)**» 12 से 23-5, 10 से 21-11, 3-दिवसीय: 28-8 से 31-8, 1-दिवसीय: 11-4, 26-5, 13-6, 18-7, 22-8, 12-9, (29-9 कृतज्ञता-शिविर), 10-10, 21-11, 12-12,** # **बाल-शिविर: (8 से 16 वर्ष) 25-4, 9-5, 20-6, 11-7, 8-8, 19-9, 17-10, 7-11, 5-12, धम्मसेवक कार्यशाला: 20-6, पाली प्रशिक्षण शिविर: 24 से 26-12, स्थान:** प्रज्ञा भवन भीम नगर आमला, जिला बैतूल (म.प्र.) **संपर्क:** 1) श्री तोबू हुरमाडे, मोबा. 8234025899, 2) श्री शैलेन्द्र सूर्यवंशी, मोबा. 9907887607.

धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ़)

विपश्यना केंद्र, थनौद, व्हाया-अंजौरा, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in, **दस-दिवसीय:** 18 से 29-4, 13 से 24-6, 4 से 15-7, 18 से 29-7, 1 से 12-8, 22-8 से 2-9, 5 से 16-9, 19 से 30-9, 3 से 14-10, 17 से 28-10, 6 से 17-11, 21-11 से 2-12, 6 से 17-12, 20 से 31-12, **किशोरियों का शिविर:** 30-5 से 7-6, **1-दिवसीय:** 26-5, 27-6, 15-8, 31-10, 20-11, # **बाल-शिविर:** 2-4, 2-5, 2-10, 19-11, 18-12, **धम्मसेवक कार्यशाला:** 5-12, ∞ **दीर्घ-शिविर:** ..... **संपर्क:** 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706,

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:** 8 से 19-4, 17 से 28-6, 8 से 19-7, 8 से 19-8, 1 से 12-10, 2 से 13-12, 17 से 28-12, ◊ **सतिपट्ठान:** 13 से 21-11, **1-दिवसीय:** 4-4, 24-10, 7-11, **किशोरों का शिविर:** 5 से 13-6, # **बाल-शिविर:** 25-4, 2-5, 17-10, 28-11, ∞ **दीर्घ-शिविर:** 20-**दिवसीय: 5 से 26-9, संपर्क:** 1) श्री डी. एन. द्विवेदी, मोबा. 9806703919, 2) श्री एस मेश्राम, मोबा. 98269-60230

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: 21-4 से 2-5, 5 से 16-5, 23-6 से 4-7, 21-7 से 1-8, 23-8 से 3-9, 8 से 19-9, 3 से 14-10, 10 से 21-11, 1 से 12-12, 16 से 26-12, ∞ **दीर्घ शिविर: 30-दिवसीय: 1 से 31-10,**

धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, बारो मन्दिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, **दस-दिवसीय:** 14 से 25-4, 28-4 से 9-5, 12 से 23-5, 2 से 13-6, 16 से 27-6, 30-6 से 11-7, 14 से 25-7, 28-7 से 8-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 29-12 से 9-1, ◊ **सतिपट्ठान:** 14 से 22-8, **3-दिवसीय:** 26 से 29-5, **1-दिवसीय:** 11-4, 23-5, 13-6, 25-7, 8-8, 5-9, 3-10, 14-11, 12-12, # **बाल-शिविर:** 25-4, 9-5, 27-6, 11-7, 22-8, 19-9, 31-10, 28-11, 26-12, **संपर्क:** कार्यालय: टोबॅको हाऊस, 5 वा माळा रूम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉरनर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,

---

मृत्यु मंगल

1. मुंबई की विपश्यनाचार्या सुश्री सुधा दलाल ने मुंबई में 5 अप्रेल को 72 वर्ष की उम्र में शांतिपूर्वक शरीर छोड़ा। स्कूल-शिक्षिका के रूप में उन्होंने 1980 में पहला विपश्यना शिविर पूज्य गुरुजी के मार्गदर्शन में किया, तब से इसी की होकर रह गयीं। 1995 में स. आचार्य नियुक्त हुईं और 2007 में पूर्ण आचार्य। उन्होंने बड़ों के ही नहीं, बच्चों के भी अनेक शिविरों का संचालन किया। वे बड़ी ही हँसमुख और हर बात को सहजभाव से स्वीकार करने वाली एक बहादुर औरत थीं। असाध्य बीमारी लग जाने के बावजूद उन्होंने जिंदगी को जिंदादिली से जीया और मृत्यु को भी हँसते हुए स्वीकार किया। ऐसी दृढ़ निश्चयी साधिका को पाकर विपश्यना धन्य हुई और धन्य हुई स्वयं साधिका भी। दिवंगत की धर्मपथ पर उत्तरोत्तर प्रगति के लिए धम्मपरिवार की समस्त मंगल मैत्री।

---

2. श्री श्रीप्रकाश गोयन्का ने 68 वर्ष की अल्पायु में ही शरीर त्याग दिया। उन्होंने सयाजी ऊ बा खिन की भी सेवा-सहायता की और भारत आने पर अपने माता-पिता की भी खूब सेवा की। उनकी सुख-सुविधा के सभी प्रकार के इंतजाम किये और करवाये ताकि गुरुजी और माताजी निश्चिंत होकर धर्म का कार्य सुगमता से कर सकें। पूज्य गुरुजी ने उन्हें 'विपश्यना विशोधन विन्यास' तथा 'विश्व विपश्यना पगोडा' का प्रबंधक-ट्रस्टी नियुक्त करके उन पर बहुत बड़ी जिम्मेदारी सौंपी, जिसे उन्होंने बहुत दृढ़तापूर्वक आजीवन निभाया। यहां तक कि अपने व्यापार-धंधे को उतना समय नहीं दे पाये जितना कि देना चाहिए था, वरन धर्मसेवा के कार्य को सर्वोपरि माना।

श्रीप्रकाशजी ने ऐसी महान विभूतियों की सेवा करके तथा सौंपी गयी जिम्मेदारियों को तत्परतापूर्वक पूरा करके न केवल अपना तथा विपश्यना-परिवार का कल्याण किया, बल्कि पूरे गोयन्का परिवार के लिए एक जीवंत उदाहरण भी बने।

ऐसे सेवाभावी व्यक्ति का जीवन धन्य हुआ। दिवंगत की धर्मपथ पर उत्तरोत्तर प्रगति के लिए धम्मपरिवार की समस्त मंगल कामनाएं।

----

3. गोंदिया (महाराष्ट्र) के सहायक आचार्य श्री जयदेव वालदे ने हृदयाघात के कारण 14 अप्रेल, 2021 को अचानक देह त्याग दिया। उन्होंने पहला शिविर करने के बाद से ही अपना सारा जीवन विपश्यना की सेवा में समर्पित कर दिया था। 2018 में सहायक आचार्य नियुक्त हुए और धम्म-गोंद विपश्यना केंद्र के निर्माण एवं विकास के लिए दिन-रात एक करके तन, मन, धन से काम करते हुए बहुत महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी। वे स्वभाव से ही विनम्र, महत्वाकांक्षी एवं सब को साथ लेकर काम करने में बहुत निपुण थे। ऐसे परम सेवाभावी व्यक्ति की धर्मयात्रा निर्वाणप्राप्ति तक उत्तरोत्तर गतिमान रहे, धम्म परिवार की यही धर्मकामना और मंगल मैत्री।

नये उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. कु. कंचन जेशलपारा, अहमदाबाद
2. श्रीमती पुष्पा झा, अहमदाबाद
3. श्रीमती अंजु गोलेचा, सिकंदराबाद
4. श्री वेंकट चरन, सिकंदराबाद
5. श्री जीवी सुब्रमनियम, हैदराबाद

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

1. श्री सीवीआर कुमार, विशाखापटनम

बालशिविर शिक्षक

1. श्री राजेश सिंह चौहान, हरिद्वार, उत्तराखंड
2. सुश्री सांथी ललिता, दिल्ली
3. श्रीमती कमलेश कुमारी, सोनीपत, हरियाणा
4. श्रीमती अपर्णा खुराना, करनाल, हरियाणा
5. श्री सौरभ देवनानी, जयपुर
6. श्री कुणाल मोटवानी, जयपुर
7. श्रीमती दीपा शेवकानी, अजमेर
8. श्री मोतीलाल मोटवानी, जयपुर

मोबाइल ऐप में नया फीचर

विपश्यना विशोधन विन्यास ने अपने मोबाइल ऐप में एक नया फीचर जोड़ा है, जिसके द्वारा आप भावी शिविरों में भाग लेने के लिए सीधे आवेदन कर सकते हैं। जैसे--

दस-दिवसीय शिविर, बच्चों के शिविर

दस-दिवसीय एक्जीक्यूटिव शिविर, तीन दिवसीय शिविर आदि

भारत के सभी केंद्रों में, दक्षिण अफ्रीका, केन्या, इंडोनेशिया, संयुक्त अरब अमीरात इत्यादि कहीं भी। एक बार आपने आवेदन कर दिया तो उसी ऐप में आप अपने बारे में होने वाली सभी गतिविधियों की जानकारी भी प्राप्त कर सकेंगे।

आप चाहें तो अपने शिविरों का रेकार्ड भी रख सकते हैं।

वर्तमान में ये नए फीचर्स केवल एंड्रॉयड फोन के लिए उपलब्ध हैं और जल्द ही आईओएस (आईफोन) के लिए उपलब्ध होंगे।

डाउनलोड करें ऐप लिंक: *http://vridhamma.org/applink.html*

महत्त्वपूर्ण सूचना

GVF में दान भेजने वाले कृपया ध्यान दें कि वे किस मद में पैसा भेज रहे हैं, इसका उल्लेख अवश्य करें ताकि वह दान उसी मद में जमा किया जा सके और उसी प्रकार उसकी रसीद काटी जा सके। (ध्यान देने के लिए धन्यवाद।)

पगोडा पर रात भर रोशनी का महत्त्व

पूज्य गुरुजी बार-बार कहा करते थे कि किसी धातु-पगोडा पर रात भर रोशनी रहने का अपना विशेष महत्त्व है। इससे सारा वातावरण धर्म एवं मैत्री- तरंगों से भरपूर रहता है। तदर्थ सगे-संबंधियों की याद में ग्लोबल पगोडा पर रोशनी-दान के लिए प्रति रात्रि रु. 5000/- निर्धारित किये गये हैं। (कृपया **GVF** का उपरोक्त बैंक एवं पता नोट करें।) अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें–

1.Mr. Derik Pegado, 9921227057. 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, Email: audits@globalpagoda.org

धम्मालय-2 (आवास-गृह) का निर्माण कार्य

पगोडा परिसर में 'एक दिवसीय' महाशिविरों में दूर से आने वाले साधकों तथा धर्मसेवकों के लिए रात्रि-विश्राम की निःशुल्क सुविधा हेतु "धम्मालय-2"आवास-गृह का निर्माण कार्य करना है। जो भी साधक-साधिका इस पुण्यकार्य में भागीदार होना चाहें, वे कृपया निम्न पते पर संपर्क करें:

1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156,

Email: 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: AXISINBB062.

ग्लोबल विपश्यना पगोडा में वर्ष 2021 के महाशिविर एवं प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविर

रविवारः 23 मई, बुद्ध पूर्णिमा के उपलक्ष्य में; **25 जुलाई,** आषाढ़ी पूर्णिमा; तथा **26 सितंबर,** शरद पूर्णिमा एवं श्री गोयनकाजी की पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में; पगोडा में महाशिविरों का आयोजन होगा, जिनमें शामिल होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य करायें और **समग्गानं तपो सुखो–** सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएं। **समयः** प्रातः11 बजे से अपराह्न 4 बजे तक। 3 से 4 बजे के प्रवचन में बिना साधना किये लोग भी बैठ सकते हैं। (*फिलहाल पगोडा में हर रोज एक-दिवसीय शिविर होता है।*) बुकिंग-संपर्क: 022-2845 1170, 022-6242 7544- Extn. no. 9, मो. 82918 94644. (फोन बुकिंग-प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक)

Online Regn: http://oneday.globalpagoda.org/register

(**सूचनाः** कोविड-19 के चलते सरकारी आदेशानुसार ही कार्यक्रम होंगे। साधक तदनुसार निर्णय लें और बुकिंग की रि-कन्फर्मेशन करें।)

विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ "सेंचुरीज कॉर्पस फंड"

'ग्लोबल विपश्यना पगोडा' के दैनिक खर्च को संभालने के लिए पूज्य गुरुजी के निर्देशन में एक 'सेंचुरीज कार्पस 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 जायँगे और उसके मासिक ब्याज से यह खर्च पूरा होने लगेगा। यदि कोई एक साथ पूरी राशि नहीं जमा कर सकें तो किस्तों में भेजें 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; **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 विपशयना पगोडा परिसर, एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोराई गांव, बोरीवली पश्चिम, मुंबई- 400 091, महाराष्ट्र, भारत. फोनः 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
4. वेबसाइट- https://www.vridhamma.org/donate-online

दोहे धर्म के

करूं वंदना संघ की, सादर करूं प्रणाम।
जगे प्रेरणा मुक्ति की, मिले सुखद परिणाम॥

करूं वंदना संघ की, जो जग धरम जगाय।
जाति वर्ण के भेद बिन, संतों का समुदाय॥

शांत चित्त ही संत है, किसी जाति का होय।
चले धरम के पंथ पर, सदा पूज्य है सोय॥

हिंदू मुस्लिम बौद्ध सिख, जैन इसाई होय।
जिसका मन निर्मल हुआ, संत पूज्य है सोय॥

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

गावां पावन संघ रो, जद जद भी गुणगान।
जागै मन मँह प्रेरणा, प्रगटै पद निरवाण॥

नमस्कार है संघ नै, किसा' क स्रावक संत।
धरम धार उजळा हुया, निरमळ हुया भदंत॥

धरम रतन रक्छित रख्यो, धन! धन! संत समाज।
सेवा ही करता रह्या, जग दुख मेटण काज॥

स्रद्धा जागी संघ पर, संतां रो समुदाय।
जगी प्रेरणा, चित्त नै, निरमळ लियो बणाय॥

मोरया ट्रेडिंग कंपनी
सर्वो स्टॉकिस्ट-इंडियन ऑईल, 74, सुरेशदादा जैन शॉपिंग 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 2564, चैत्र पूर्णिमा, 27 अप्रेल, 2021

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 **Igatpuri-422 403,** Dist. Nashik (M.S.) (फुटकर बिक्री नहीं होती)

DATE OF PRINTING: (on-line-edition), DATE OF PUBLICATION: 27 APRIL, 2021

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;
course booking: info@giri.dhamma.org
Website: https://www.vridhamma.org