



विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, सावण पूर्णिमा (ऑनलाइन), 22 अगस्त, 2021, वर्ष 50, अंक 2
E-NEWS LETTER वार्षिक शुल्क रु. ३०/ आजीवन शुल्क रु. ५००

धम्मवाणी

तेसं सम्पन्नसीलानं, अप्पमादविहारिनं ।
सम्मदञ्जा विमुत्तानं, मारो मगं न विन्दति ॥

— धम्मपदपाळि-57, पुष्कवगो

जो शीलसंपन्न हैं, प्रमादरहित होकर विहार करते हैं,
यथार्थ ज्ञान द्वारा मुक्त हो चुके हैं, उनके मार्ग को मार नहीं
देख पाता ।

धर्म का प्रकाश-स्तंभ बनें!

विपश्यना के प्रमुख आचार्य श्री सत्य नारायण गोयनका जी द्वारा धम्म सेवा की वार्षिक बैठक के अंत में दिया गया समापन-प्रवचन (धम्मगिरि, २१ जनवरी १९९४)



प्रिय धम्मपथिको!

अब तक हमने जो भी धम्म कार्य संपन्न किया है, वह विशाल महासागर में कुछ बूंदों की तरह है। एक स्वस्थ और अच्छी शुरुआत की गई, परंतु अभी बहुत काम बाकी है। दुनिया में कितना दुःख है... और लोग इन दुःखों से बाहर निकलना चाहते हैं, लेकिन उन्हें पता नहीं है कि कैसे निकलें। यदि उन्हें विपश्यना दी जाय तो वे इसे सहर्ष स्वीकार करेंगे।

शील, समाधि और प्रज्ञा का धम्म-मार्ग परिपूर्ण और परिशुद्ध है। इसमें कुछ भी जोड़ा नहीं जाना चाहिए और न ही कुछ निकालना चाहिए। विपश्यना की समग्रता और शुद्धता को

बनाए रखना हमारा परम कर्तव्य है और इसे इसी प्रकार आगे बढ़ाना चाहिए।

बदले में कुछ भी पाने की उम्मीद किए बिना इसे बांटते रहें। यह बिल्कुल एकतरफा मार्ग है। करुणाभरे चित्त से, बहुतों के हित-सुख के लिए केवल देते ही रहना है।

सांसारिक सुख तो बहुत हो सकते हैं, लेकिन यह

हमारा
संपूर्ण लक्ष्य
तो परम सुख
है, सभी दुःखों
से मुक्ति है –
'निब्बानं परमं
सुखं'। तभी सारा
श्रम उद्देश्यपूर्ण और
सार्थक हो पायेगा।

पड़ाव: दिल्ली,
18 जनवरी, 1970

मुंबई-शिविर के समाचार

बाबू भैया, सादर वंदे!

...दिसंबर 1969 में बम्बई की पंचायती वाड़ी में लगे शिविर की सफलता का संदेश तुम्हें संक्षिप्त रूप से दिया ही था। अब इसकी थोड़ी और जानकारी दे दूँ। इसमें जो विचित्र अनुभूतियाँ हुईं और धर्म शिक्षण के क्षेत्र में मुझे जो नए अनुभव हुए, साहस और संबल मिला वह सचमुच बड़े काम का रहा। मद्रास की कुछ घटनाओं ने मन पर अनजाने में जरा-सा बोझ डाल दिया था वह बम्बई पहुँचते-पहुँचते दैनिक साधना ने धोकर दूर कर दिया था। अब इस शिविर में मन बड़ा सुदृढ़, संयत और सबल रहा। इसलिए ऐसे कठिन मामलों का सामना कर सका। एक तो परम पूज्य गुरुमह सयातै जी की पुण्य-तिथि पर जो धर्म बल मिला वह सारे शिविर में काम देता रहा। दूसरे पूज्य गुरुदेव और मां सयामा के साथ भी धर्म संपर्क बराबर बना ही रहा। इसीलिए कहीं भी चित्त विचलित नहीं हो पाया।

एक रात किसी कारण से मैं स्वयं भी देर तक पीड़ित रहा और एक साधक को भी बड़ा कष्ट हुआ। उसे लगा जैसे उसे हृदय का दौरा पड़ गया है। नाड़ी की गति तेज हो गई, बिना हाथ लगाये ही वह अपनी नाड़ी गिनने लगा। हृदय की धुकधुकी गिनने लगा और उनकी गति तेज देखकर घबरा उठा। डॉक्टर बुलाने के लिए भी पूछने लगा। सुबह की साधना के बाद ही वह अपनी स्वाभाविक स्थिति को प्राप्त हुआ। इसी प्रकार मोतीलाल की धर्मपत्नी को भी तीव्र उदर-वेदना हुई, बहुत बेचैन हुई। ऐसे ही किशनलाल की धर्मपत्नी रात के अंधेरे में किसी आहट से आतंकित हो गई। एक ओर वह साधना में आगे बढ़ती जा रही थी और दूसरी ओर अब इतना बड़ा भय उत्पन्न हुआ तो पास में लेटी हुई किसी एक अन्य अबोध साधिका को अपनी घबराहट का कारण बताकर उसकी सलाह मान कर साधना छोड़, राम-नाम के उच्चारण में लग गई। ये दोनों प्रातःकालीन साधना के बाद ही स्वस्थ हो पाईं। ऐसे ही कुछ घटनाएं और हुईं परंतु पूज्य गुरुदेव और मां सयामा के आशीर्वाद से धर्म का ही संबल ग्रहण किया। मेरा अपना मनोबल अविचलित रहा और मैत्री भावना के प्रयोग ने अपना कल्याणकारी असर दिखाया।

इस शिविर में एक बात यह हुई कि 10 दिनों के घंटे-घंटे भर के धर्म प्रवचन जो कि राजस्थानी भाषा में हुए, टेपरिकॉर्ड कर लिए गए। वैसे गुडम (आंध्र प्रदेश) के शिविर में भी सारे प्रवचन रिकॉर्ड किए गए थे परंतु बम्बई-शिविर के साधकों के आग्रह पर मैंने यह प्रवचन रिकॉर्ड करने की अनुमति दे दी। मेरी इच्छा थी कि गुडम में हुए रिकॉर्ड का लिखित रूप एडिट करके टाइप करवा लूं और तुम्हें भिजवा दूं। ताकि तुम पूज्य गुरुदेव को उसका बर्मीज या अंग्रेजी भावार्थ समझा सको और

उनके विचार प्राप्त कर सको। इसका एक लाभ यह होता कि यदि मैं अपने प्रवचनों में कहीं कोई भूल कर रहा होऊं तो मैं शीघ्र आगाह कर दिया जाता। परंतु मैंने देखा कि 10 दिनों के प्रवचनों को लिखना और एडिट करना कोई सरल काम नहीं है। इसलिए यही उपयुक्त समझा कि एक ओर गुडम में बहू विमला उन प्रवचनों को धीमे-धीमे लिखित रूप देती रहे, दूसरी ओर क्यों न मैं इन बम्बई वाले प्रवचनों के टेप की एक एक्स्ट्रा कॉपी बनवा कर किसी प्रकार तुम्हें पहुँचा दूं ताकि तुम सब इसे मूल रूप में ही यथावत सुन सको और पूज्य गुरुदेव और मां सयामा को भावार्थ समझा सको।

हां, बेटे शिवकुमार को इस शिविर से बहुत लाभ हुआ। पिछले दोनों शिविरों में किसी कारण नहीं बैठ पाया था। इस बार भी शिविर पूर्व वह बीमार पड़ गया तब किसी डॉक्टर ने टाइफाइड कहा तो किसी ने जौडिस, परंतु मन को दृढ़ करके बैठ गया तो शिविर के बाद जांच में कुछ नहीं निकला। इसी प्रकार विमला को 99- 99.5 डिग्री बुखार रहने लगा तो उपचार के लिए उसके न जाने पर ही सब का जोर रहा। परंतु किसी प्रकार साहस करके उसे शिविर में ले लिया तो आश्चर्य की बात हुई कि शिविर में कदम रखते-रखते उसका बुखार दूर हो गया और सारी पीड़ा समाप्त हो गई। वह सब कुछ खाने पीने लगी और बिल्कुल नॉर्मल अवस्था में अपना कोर्स पूरा किया। घर लौटने पर भी बुखार नहीं आया। शिविर में उसकी विपश्यना भी बहुत अच्छी जागी। यह उसके कल्याण की बात रही।

मोतीलाल का परिवार: उनकी पत्नी को विपश्यना तो जगी ही साथ ही सद्धर्म के प्रति बहुत गहरी श्रद्धा भी जागी। किशन लाल की पत्नी मिथ्या मार्ग में पड़ कर अपनी विपश्यना खो बैठी थी। अब वह तेजी से साधना में लग गयी। पुत्र प्रभु दयाल पृथक मार्ग में गहरा डूब चुका था। इसलिए उसकी आनापान में भी और फिर विपश्यना में भी अनेक बार कठिनाइयां आईं। विपश्यना जागती रही और फिर लुप्त होती रही। मेरे बिना कुछ बोले ही इस व्यक्ति में धर्म बुद्धि जागी। पहले 3 दिन तो वह बिल्कुल बिना मन के, मात्र अपने पिता को राजी रखने के लिए ही बैठा। परंतु चौथे दिन स्वयं मेरे पास एकांत में आकर कहने लगा कि दोनों मार्ग में कितना बड़ा अंतर है यह मैं अभी समझ पाया। और तब से उसके मन में पुरानी पुण्य पारमी जागी और धर्म संवेग तीव्र होता ही गया। यहां तक कि छठे दिन जब पुराने साधक वासुदेव को मैंने बीच शिविर में सम्मिलित कर लिया तो इसके मन में भी संवेग जागा और मुझे आकर इस बात का दबाव देने लगा कि वह बड़ौदा से अपनी पत्नी को बुला ले और उसे कम से कम आनापान तो दिलवा दे, जिससे कि उसे मिथ्या मार्ग से मुक्ति मिले। उसका आग्रह इस बात के लिए बढ़ता गया कि मैं अहमदाबाद या बड़ौदा में एक शिविर लगाऊं ही, जिसमें कि न केवल वह और उसकी धर्मपत्नी बल्कि उसके अन्य मित्र स्नेही भी सम्मिलित हो सकें। इसी प्रकार साधना के दौरान एक-दो बातें ऐसी हुईं जिनके कारण किशन लाल की श्रद्धा बहुत प्रबल हो

**एक साधक बड़ा उतावला
हो कर बार-बार मेरे
पास आता रहा कि
इस कल्याणकारी
धर्म का लाभ
मुझे अधिक से
अधिक लोगों
को देना ही
चाहिए।**

उठी।
इसीलिए
उसका भी
आग्रह बना रहा कि
मैं बर्मा लौटने के पूर्व
बम्बई में एक शिविर और
लगाऊं जिसमें कि न केवल
वे दोनों दंपत्ति बल्कि उनके
बच्चे भी भाग ले सकें। ऐसा
ही आग्रह मोतीलालजी की पत्नी
का भी था। स्वयं मोतीलाल ने बड़े
आग्रह के साथ कहा कि अप्रैल महीने
में बम्बई में एक शिविर और लगता है तो
लगभग 15 लोग तो केवल उन्हीं के परिवार
से बैठने वाले हो जाएंगे।

ऐसा ही धर्म संवेग उस साधक के मन में भी आया जो दिल की धड़कने गिनने लगा था। वह भी बड़े भैया (बालकृष्ण) की तरह उतावला हो कर बार-बार मेरे पास आता रहा कि इस कल्याणकारी धर्म का लाभ मुझे अधिक से अधिक लोगों को देना ही चाहिए। इसके मन पर जो गहरा तनाव बना रहता था जिसके कारण इसे रात में नींद नहीं आती थी और न दिन में चैन पड़ता था, वह तो सारा निकल ही गया। मादक दवाओं से मुक्ति मिल गई। इसीलिए यह धर्म संवेग उसके मन में बार-बार आता रहा और मैं उसे शांत करने का प्रयत्न करते रहा। यह व्यक्ति बीए ऑनर्स, एलएलबी है और आधुनिक मनोविज्ञान शास्त्र का गंभीर अध्येता भी। परंतु नास्तिक ऐसा कि चार्वाक और मार्क्स भी पीछे रह जाएं। मैं इसे आस्तिक तो नहीं बना सका परंतु फिर भी इसके विचारों में बहुत बड़ा परिवर्तन आया और इसने स्वीकार किया कि जीवन की समस्याओं का सामना करने के लिए इस धर्म ने उसे एक नया और स्वस्थ दृष्टिकोण दिया है। देखें ऐसे व्यक्ति पर सद्धर्म का प्रभाव कितना गहरा और कितना स्थायी पड़ता है। ...

मुरलीधर की पत्नी रामकी देवी दो दिन बाद शिविर में आकर सम्मिलित हुई। इसे विपश्यना देते ही हाथ, पैर और शरीर में तीव्र प्रकंपन आरंभ हुआ। मुझे भली-भांति स्मरण है कि रंगून में भी विपश्यना लेने के बाद यह कई बार भावावेश में उद्वेलित होकर रोती रहती थी। इस बार भी ऐसी हरकतें आरंभ हुईं। लेकिन शिविर समाप्त होते-होते सब कुछ ठीक हो गया। इसी प्रकार 3 दिन पश्चात श्री पोपट भाई की पत्नी सुंदरी देवी शिविर में सम्मिलित हुईं। बर्मा में एक शिविर लेने के बाद वह अब तक साधना करती रही और इतने वर्ष बीत जाने के बाद भी उसकी विपश्यना बराबर जागती रही। इस बार शिविर में बैठकर उसकी अनुभूतियां और गहराइयों को छू सकीं। उसने अपने पति पोपट

भाई को इस बात के लिए राजी कर लिया कि वह एक शिविर काठियावाड़ में उसके गांव में आयोजित करवाएं और उसमें स्वयं भी शामिल हों। परंतु मुझे उनका यह आग्रहपूर्ण आमंत्रण मुस्करा कर टालना ही पड़ा।

मां और बहन इलायची इन दोनों की साधना भी और गहराइयों तक पहुँची और दोनों ही बहुत संतुष्ट प्रभावित दिखीं। मुरलीधर के फुफेरे भाई की पत्नी साधना से इतनी लाभान्वित हुई कि उससे प्रभावित होकर उसका पति बनवारी यहां इतनी दूर दिल्ली के शिविर में भाग लेने के लिए चला आया है। केसरदेव का पुत्र शिवकुमार प्रभावित होकर कहता है कि उसके सिर दर्द पर उसका काबू हो गया है और गहरा आग्रह कर रहा है कि एक शिविर मद्रास में पुनः लगे जिसमें उसके माता-पिता और परिवार के अन्य लोग अवश्य सम्मिलित होंगे।

भरत भी एक और शिविर में बैठ कर संतुष्ट ही हुआ। बीच-बीच में एकाध बार उसके मां-बाप, भाभी-भाई, और बहनें भी आती रहीं। (सभी बरमा के पुराने साधक थे)

एक अन्य साधिका जिसके मन में बहुत-सी गांठें हैं, सौभाग्य से उसके पति की तरह उसकी भी विपश्यना ठीक-ठीक जगी। यद्यपि उसे बार-बार प्रकाश की बाधाएं आती रहीं, फिर भी मन को गहन शांति मिली। वैसे वह एक बार धर्म प्रवचनों में गहरी विरक्ति की बात सुनकर घबराई कि कहीं मेरा पति भी विरक्त न हो जाय। परंतु फिर बात समझ में आने पर शांत हुई। उसका परिवार बहुत बड़ा है। इतने बड़े संयुक्त परिवार में "मुण्डे-मुण्डे मतिर्भिन्ना" के अनुसार सबकी अपनी-अपनी डफली, अपना-अपना राग। ऐसे लोगों को एक कुनबे में बांधे रखना सरल काम नहीं है। कठिनाइयां आनी स्वाभाविक ही हैं।...

भारत में निःसंतान महिला की कठिनाई

हर नारी में मातृत्व की स्वाभाविक ललक रहती ही है। परंतु अपने यहां यह सपूती और निपूती का भेद अंतर्मन की गहराइयों तक भर दिया जाता है जो बड़ा खतरनाक होता है। इस हीन एवं कुंठित भावना से मुक्ति पाना कठिन हो जाता है। एशिया में हर मां-बाप को पुत्र-प्राप्ति की तीव्र आकांक्षा रहती ही है। भगवान बुद्ध का सच्चा धर्म लोगों की समझ में आ जाय और लोग यह जान लें कि कोई दूसरा मुझे तारने वाला नहीं, भले वह मेरा सगा पुत्र ही क्यों न हो, तो लोगों के मन से यह भ्रांति निकल जाय। “वंश चलने या न चलने में हमारा कोई हित या अहित नहीं है” —जब तक यह बात लोगों की समझ में न आ जाय तब तक ये हीन ग्रंथियां बनी रहेंगी और वे जाने-अनजाने परिवार के कलह का कारण बनती रहेंगी। धर्म बुद्धि गहराई से जागेगी तभी पूरी तरह कल्याण होगा।...

तुम्हारा अनुज

सत्य नारायण गोयन्का

00000000000000000000

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

- डॉ. श्री यशवंत मुळे, धम्मसिद्धपुरी विपश्यना केंद्र के केंद्र-आचार्य की सहायता

नये उत्तरदायित्व भिक्षु आचार्य

- आ. भिक्षु उत्तम छन्दधम्मो, नेपाल आचार्य
- श्री खगेश्वर एवं श्रीमती बिष्णु मायादेवी आर्यल, केंद्र-आचार्य— धम्मयान, नेपाल

वरिष्ठ सहायक आचार्य

- श्रीमती रीना हुडा, रोहतक, हरियाणा
- श्रीमती शकुंतला अग्रवाल, नेपाल
- श्री राम प्रसाद कोइराला, नेपाल
- श्रीमती सूर्य माया कंसाकार, नेपाल
- श्री विक्रान्त पांडेय, नेपाल
- श्री तुल बहादुर पुन, नेपाल
- कु. चंद्रा शाक्य, नेपाल
- श्रीमती मिमा शाक्य, नेपाल
- श्रीमती राशना शाक्य (प्रधान), नेपाल
- श्री अजीत श्रेष्ठ, नेपाल
- श्रीमती होमा थकली, नेपाल
- श्रीमती मदलशा सिंह, नेपाल
- श्री महेश मान सिंह, नेपाल
- श्रीमती बिष्णु माया खनाल, नेपाल
- डॉ. रनधोज लिवू, नेपाल

- श्री अमीर खाती, नेपाल
- श्रीमती अंजली गुरुंग, नेपाल
- श्रीमती बीनू शाक्य, नेपाल
- श्री खेमराज वांकर, नागपुर
- श्री नंदकुमार तायडे, अकोला
- श्री श्रीकांत पाटिल, शेगांव
- श्री सिद्धार्थ मेश्राम, नागपुर
- श्री नरेंद्र खोब्रागडे, नागपुर

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

- श्रीमती जया तरिगोप्पुला, हैदराबाद.
- श्रीमती जयेश सावला, मांडवी-कच्छ
- श्री जितेंद्र मुळे, पुणे
- श्री शैलेश मालपानी, पुणे
- कु. बिमला श्रेष्ठ, नेपाल
- श्रीमती सत्य लक्ष्मी रनजीत, नेपाल
- Mr. Anusone Ukkaralawun, Thailand

बालशिविर शिक्षक

- श्रीमती रेखा भास्कर, क्षेत्रीय बाल शिविर संयोजक, तमिलनाडु
- श्री श्रीधरन मूथायु, क्षेत्रीय बाल शिविर संयोजक, केरल
- श्रीमती कमलजीत जुगपाल, अंडमान
- श्रीमती जयश्री पोथरकर, पुणे

आवश्यक सूचनाएं—

- कृपया नियमावली मंगाकर पढ़ें और संबंधित व्यवस्थापक के पास आवेदन-पत्र भेजकर वहां से स्वीकृति-पत्र मंगा लें।
- एक दिवसीय, लघु / स्वयं शिविर:** केवल पुराने साधकों के लिए, जिन्होंने दस दिन का विपश्यना शिविर पूरा किया हो।
- सतिपट्टान 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।)
- किशोरों का शिविर:** (15 वर्ष पूर्ण से 19 वर्ष पूर्ण) (कृपया किशोरों के शिविर के लिए बनाये हुये नये आवेदन-पत्र का उपयोग करें)
- 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 विगत दो वर्षों से नियमित दैनिक अभ्यास करते हों तथा विधि के प्रति अनन्यभाव से पूर्णतया समर्पित हों।
- 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।)
- 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।

- विशेष 10-दिवसीय शिविर:** पांच सामान्य शिविर, एक सतिपट्टान 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 - **समगगानं तपो सुखो**। प्रसन्नता की बात यह है कि फरवरी की इन्हीं तिथियों के बीच हिंदी तिथि के अनुसार पूज्य गुरुजी एवं माताजी की जन्म-तिथियां (जयंतियां) भी आती हैं। **शिविर की योग्यता—** इस दीर्घ शिविर में सम्मिलित होने के लिए केवल एक 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।

ॐ 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:** 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, 2022 8 से 19-1, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 19 से 30-4, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 19 से 30-10, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 25-12-22 से 5-1-2023, **सतिपट्टान:** 2021 7 से 15-10, 2022 21 से 29-1, 6 से 14-10, **समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य तथा आचार्य सम्मेलन:** 13-12-2021, 2022 13-12-2022, **सहायक आचार्य सम्मेलन:** 14 से 16-12-2021, 2022 14 से 16-12-2022, **सहायक आचार्य कार्यशाला:** 17 से 20-12-2021, 2022 17 से 20-12-2022, **प्रशिक्षक कार्यशाला:** 21-12-2021, 2022 21-12-2022, **ट्रस्टी तथा धम्मसेवक कार्यशाला:** 16 से 17-10-2021, 2022 15 से 16-10, **कृतज्ञता-शिविर:** 2022 2 से 17-2,

(गंभीर सूचनाएं— • कृपया ध्यान दें कि धम्मगिरि पर बिना बुकिंग कराए जाने का प्रयास बिल्कुल न करें अन्यथा वापस भेजने पर शिविरार्थी को भी कष्ट होता है और हमें भी। • जहां 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)

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 21-9 से 2-10, 45-दिवसीय: 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, **सतिपट्टान:** 18 से 26-11,

ॐ दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 25-9 से 26-10, 45-दिवसीय: 25-9 से 10-11,

अति महत्त्वपूर्ण सूचनाएं

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

000000000000000000000000000000

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

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

000000000000000000000000000000

ऑनलाइन भावी शिविर कार्यक्रम एवं आवेदन

सभी भावी शिविरों की जानकारी नेट पर उपलब्ध है। कोविड-19 के नये नियमानुसार सभी प्रकार की बुकिंग केवल ऑनलाइन हो रही है। फार्म-अप्लिकेशन 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>

000000000000000000000000000000

भावी शिविर कार्यक्रम

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

60-दिवसीय: 17-12 से 16-2-2022.

धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केन्द्र, एसेल वर्ल्ड के पास, गोरार्ड खाड़ी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई— 400 091, फोन: +91 8291894650, टेली. (+09122) 50427518, Ext. No. (पुरुष कार्यालय) 519 (50427519), (महिला कार्यालय) 546 (50427546), (सुबह 11 से सायं 5 बजे तक); Website: www.pattana.dhamma.org. **दस-दिवसीय एक्जीक्यूटिव शिविर:** 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

1-दिवसीय मेगा: 26-9-21, 9-1-22
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। अतः सभी साधकों से नम्र निवेदन है कि जिन्हें शिविर के लिए स्वीकृति-पत्र दिया जाय, वे ही आयें और जिन्हें स्वीकृति नहीं दी जा सकी, वे कृपया किसी प्रकार का आग्रह (दुराग्रह) न करें। • कृपया अपना आपात्कालीन फोन-संपर्क (भले पास-पड़ोस का) अवश्य लिखें।

ग्लोबल विपश्यना 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 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।

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 पूरे प्रशिक्षण-सत्र में बैठना अनिवार्य है।

धम्मविपुल : बेलापुर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 ए; सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलापुर, (पारसीक हिल, सीवुड द्वारा रेलवे स्टेशन के नजदीक हरबर 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: 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, 21-12 से 1-1-22, 2022 3 से 14-1, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 21-12 से 1-1-23, 3-दिवसीय: 9 से 12-12-21, 1-दिवसीय: हर रविवार, सामू. साधना: हर रोज प्रातः 9 से रात 9 तक, (साधक अपने समयानुसार आकर ध्यान कर सकते हैं);
● कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय: 2022 16-1 से 6-2,

धम्मवाहिनी : टिटवाला

मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र, गांव रुंदे, 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:** 2021 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 2022 8 से 19-1, 22-1 से 2-2, 5 से 16-2, 19-2 से 2-3, 5 से 16-3, 19 से 30-3, 2 से 13-4, 16 से 27-4, 30-4 से 11-5, 14 से 25-5, 28-5 से 8-6, 11 से 22-6, 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, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022 20 से 31-8, 20-दिवसीय: 2021 27-10 से 17-11, 30-दिवसीय: 2021 20-11 से 21-12, 45-दिवसीय: 2021 20-11 से 5-1-2022,

धम्मवाटिका : पालघर

पालघर विपश्यना केंद्र, गट नं. 198-2/ए, अल्याली क्रिकेट ग्राउंड के पीछे, अल्याली, पालघर-401404, **संपर्क:** 1) 9637101154, 2) श्री इराणी, मो. 9270888840, Email: info@vatika.dhamma.org; **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 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) 24-9 से 5-10, 7 से 18-11, १ सतिपट्टान: (केवल पुरुष) 12 से 20-9, (केवल महिलाएं) 5 से 13-12,

धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विपश्यना केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) मरकल गांव के पास, आलंदी से 8 कि.मी. **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 11 से 22-9, 9 से 20-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 28-8 से 8-9, 25-9 से 6-10, 27-11 से 8-12, 25-12 से 5-1, १ सतिपट्टान: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 23 से 31-10, **संपर्क:** पुणे विपश्यना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; टै.फैक्स: 24464243.

दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)

विशेष 10-दिवसीय

| | |
|-------------------|--|
| 30-8 से 10-9-2021 | धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान) |
| 1 से 12-9-2021 | धम्मपत्तन - गोरार्ड, 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
20-11 से 1-12-2021
14 से 25-12-2021
10 से 21-4-2022
19 से 30-6-2022
13 से 24-7-2022
20 से 31-8-2022
9 से 20-10-2022

धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)
धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्मवाहिनी - टिटवाला
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

कृतज्ञता शिविर

16-1 से 6-2-2022
26-1 से 10-2-2022
2 से 17-2-2022
2 से 17-2-2022

धम्मविपुल - बेलापुर (नवी मुंबई)
धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्म मधुरा - मदुराई (तमिलनाडु)

20-दिवसीय

25-8 से 15-9-2021
5 से 26-9-2021
8 से 29-9-2021
11-9 से 2-10-2021
28-9 से 19-10-2021
1 से 22-10-2021
6 से 27-10-2021
7 से 28-11-2021
27-10 से 17-11-2021
4 से 25-12-2021
14-12-21 से 4-1-22
6-2 से 27-2-2022
28-10 से 18-11-2022

धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात
धम्मगढ़ - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
धम्मवाहिनी - टिटवाला
धम्मलक्ष्मण - लखनऊ (उ. प्र.)
धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

30-दिवसीय

28-8 से 28-9-2021
11-9 से 12-10-2021
16-9 से 17-10-2021
18-9 से 29-10-2021
25-9 से 26-10-2021
1-10 to 1-11-2021
1-10 से 1-11-2021
6-11 से 7-12-2021
7-11 से 8-12-2021
20-11 से 21-12-2021
21-12-2021 से 21-1-2022
14-12-21 से 14-1-22
6-2 से 9-3-2022
28-10 से 28-11-2022

धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्मउत्कल - खरियार रोड (उड़ीसा)
धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
धम्मवाहिनी - टिटवाला
धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

45-दिवसीय

25-9 से 10-11-2021
15-10 से 30-11-2021
2-11 से 18-12-2021
17-12-2021 से 1-2-2022
19-12 से 3-2-2022
21-12-2021 से 5-2-2022
1-1 से 16-2-2022
6-2 से 24-3-2022
9-2-2022 से 27-3-2022

धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)

60-दिवसीय

12-10 से 12-12-2021
17-12 से 16-2-2022

धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)

धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वारागेट)

पुणे विपश्यना 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) 29-8 से 9-9, 3 से 14-10, 7 से 18-11, 5 से 16-12, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 17 से 28-10, 21-11 से 2-12, 19 से 30-12, १ सतिपट्टान: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 21 से 29-9, 3-दिवसीय: 28 से 31-10, 1-दिवसीय: हर माह दुसरे गुरुवार तथा चौथे रविवार प्रातः 8:30 से 4:30 तक, # बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) हर माह प्रथम तथा तिसरे रविवार (प्रातः 8 से दोपहर 2.30 तक)

धम्मअजन्ता : औरंगाबाद (महाराष्ट्र)

अजन्ता 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:** 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 29-12 से 9-1-2022 १ सतिपट्टान: 17 से 25-11,

2-दिवसीय: 26 से 28-11, किशोरियों का शिविर: 8 से 16-11, ,

धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)

खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडगांव जलशुद्धिकरण केंद्र के पास, मु. पो. तिखी, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) (केंद्र जाने के लिए “पाच कंदील” के पास “शेरे पंजाब लॉज” पहुँचें। वहां से तिखी गांव के लिए ऑटोरिक्षा मिलते हैं।) **दस-दिवसीय:** 12 से 23-9, 26-9 से 7-10, 7 से 18-11, 21-11 से 2-12, 16 से 27-12, **सतिपट्टान:** 5 से 14-12, 2-दिवसीय: 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, भाटेगावडी 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 उकरंदे, मोबा. 9860759866, **दस-दिवसीय:** 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: 12 से 15-8, 11 से 14-11, **किशोरों का शिविर:** 26-10 से 3-11,

धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनगले (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) 3 से 14-10, 17 से 28-10, (हिंदी, अंग्रेजी तथा कन्नडी भाषी) 11 से 22-7, **सतिपट्टान:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 5 से 14-10, 21 से 30-12, 3-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 14 से 17-9, 2-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 29 से 31-10, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) धम्मसेवक कार्यशाला: (हिंदी एवं मराठी भाषी) 19 से 20-11,

धम्मनाग : नागापुर (महाराष्ट्र)

नागापुर विपश्यना केंद्र, माहुरझरी गांव, नागापुर-कलमेश्वर रोड के पास. Email: info@naga.dhamma.org, **संपर्क:** मोबाइल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) **दस-दिवसीय:** 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, **सतिपट्टान:** 24-12 से 1-1-2022, 1-दिवसीय: 5-9, 19-9, 3-10, 17-10, 7-11, 21-11, 5-12, 19-12, **संपर्क:** सचिव, कल्याणमित्र चैरिटेबल ट्रस्ट, अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धन्तोली, नागापुर-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:** 1 से 12-10, 8 से 19-11, 8 से 19-12, (केवल महिलाएं) 1 से 12-9, 15 से 25-9, **सतिपट्टान:** 22 से 30-12, 3-दिवसीय: 21 से 24-10, 24 से 27-11, 1-दिवसीय: 12-9, 21-11, 6-12, # **बाल-शिविर:** 21 से 24-10, **सामू. साधना:** हर रोज प्रातः 5 से 6 तथा सायं 6 से 7 तक एवं हर रविवार प्रातः 8 से 9; # **बाल आनापान सामू. साधना:** हर रविवार प्रातः 8 से 9, **संपर्क:** 1) श्री सुखदेव नारनवरे, मोबा. 9422129229. 2) श्री कमलेश चाहन्डे, मोबा. 9373104305.,

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिंपलगांव बायपास, यवतमाल - 445001, **दस-दिवसीय:** 18 से 29-9, 19 से 30-10, 3 से 14-11, 7 से 18-12, **सतिपट्टान:** 19 से 27-11, 1-दिवसीय: 29-9, 10-10, 5-12, # **बाल-शिविर:** 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) देवेन्द्र मेश्राम 9822235527.

धम्म अमरावती : लुंबिनी, मोगरा

विपश्यना केंद्र, लुंबिनी मोगरा, पो. भानखेडा, ता. जि. अमरावती **संपर्क:** 1) श्री किशोर देशमुख मोबा. 9370585203, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, **दस-दिवसीय:** (पुरुष तथा महिला) 21-10 से 1-11, 15 से 26-12, **सतिपट्टान:** 21 से 29-11, 1-दिवसीय: 29-9,

चिटकी (वर्धा): धम्मकुटी विपश्यना केंद्र, 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,

तुमसर (भंडारा): **दस-दिवसीय:** 20 से 31-10, 17 से 28-11, 15 से 26-12, 3-दिवसीय: 16 से 19-10, 1-दिवसीय: 2-9, 1-10, # **बाल-शिविर** 18-10, 29-11, 26-12, स्थान: बुद्धविहार अण्ड वेल्फेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, **संपर्क:** 1) श्री डॉंगरे, 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:** 21-9 से 2-10, 4 से 15-12, **सतिपट्टान:** 6 से 14-9, 21 से 29-11, 2-दिवसीय: 24 से 26-12, 1-दिवसीय: 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: 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) 6 से 17-10, 8 से 19-12, (केवल पुरुष) 1 से 12-9, 17 से 28-11, # 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़के) 7 से 10-11, (केवल लड़कियां) 11 से 14-11, 1-दिवसीय: , 29-8, 12-9, 17-10, 29-12, **स्वयं शिविर:** हर रविवार प्रातः 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, (केवल पुरुष पुराने साधक 10 to 21-11,) (केवल महिलाएं पुरानी साधकाएं 1 to 12-12), **सतिपट्टान:** 1 से 9-12, **संपर्क:** 1) श्री बांते, 9326732550, 9326732547. 2) श्री काटवे, मोबा. 9890309738.

धम्मअनाकुल : खापरखेड़ा फाटा, तेलहारा (अकोला)

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

कोटंबा (यवतमाळ): दस-दिवसीय: (पुरुष तथा महिला) 12 से 23-9, 2 से 13-10, 5 से 16-12 (केवल महिलाएं) 1 से 12-8-2021 (केवल क्षिणियां तथा महिला) 7 से 18-11, 1-दिवसीय: हर रविवार सुबह 8 से 3 तक # **बाल-शिविर:** 29-8, 26-9, 17-10, 28-11, 26-12, **संपर्क:** धम्मभूमि विपश्यना चैरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाळ-445001. मोबा. 9822896453, 7776964808, 7038918204, 9175622575,

मलकापुर: (अकोला) दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 3 से 14-10, (केवल महिलाएं) 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) 20-11 से 1-12, 20 से 28-12, (केवल पुरुष) 10 से 21-8, 21-9 से 2-10, (केवल भिक्षु 23-10 से 3-11) **सतिपट्टान:** 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,

धम्मजलगाव : जलगांव

विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैत्री हिल्स अजिंठा रोड, उमाळा गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, **संपर्क:** श्री सुभाष तलरेजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, 1-दिवसीय: (केवल पुरुष) 5-9, 3-10, 7-11, 5-12, (केवल महिलाएं) 19-9, 17-10, 21-11, 19-12, **संपर्क:** 7588436222, 8421532276.

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 चरडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वाई, नं. 2, चंद्रपूर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, **दस-दिवसीय:** 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, **सतिपट्टान:** 27-11 से 5-12, 2-दिवसीय: 19 से 21-11, 1-दिवसीय: 26-9, 10-10, 19-12,

धम्मपदेश : पाली (रत्नागिरी)

कौंकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pages.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 1 से 12-9, 15 से 26-9, 15 से 26-10, 1 से 12-11, 15 से 26-11, 1 से 12-12, **सतिपट्टान:** 15 से 24-12, **संपर्क:** 1. श्री संतोष आयरे 1) 9975434754 / 9960503598

महाड : दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 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, 3-दिवसीय: (केवल पुरुष) 26 से 29-8, 28 से 31-10, , 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, विपश्यना शिवाजी चौक, कोटेश्वरी तले, महाड-402301, जिला: रायगड, **संपर्क: (020) 24436250, Email: info@punna.dhamma.org, मोबा: 7719070011.**

धम्मसुगन्ध : भोसे (सांगली)

सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्लमा मंदीर के पास, खामकरवाडी, भोसे -416420, ता. मिरज, जि. सांगली, Email: info@sugandha.dhamma.org, फोन: 9422410436, 9403841943, online registration www.dhamma.org/en/schedules/schsugandha, **संपर्क:** 1) डॉ. अमीत पाटिल, मोबा. 9222161236, 2) श्री संजय चौगुले, मोबा. 7249711008, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 15 से 26-8, 29-8 से 9-9, 12 से 23-9, 3 से 14-10, 7 से 18-11, 21-11 से 2-12, 5 से 16-12, 19 से 30-12, **सतिपट्टान:** 17 से 26-10, 3-दिवसीय: 23 से 26-9, 2-दिवसीय: 16 से 18-12,

(1-दिवसीय: हर माह पहले रविवार, स्थान: निशिधी मालवाडी, पो. भिलवाडी, ता. पलुस, जिला:- सांगली)
(1-दिवसीय: हर माह दूसरे रविवार) बाल-शिविर: हर माह तिसरे रविवार (8 से 15 वर्ष) सुबह 9 से दोपहर 3 तक स्थान: मानव राहत ट्रस्ट, तीसरी मंजिल, सिविल हास्पिटल के पास, सांगली)

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: 2021» 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. 2022» 4 से 15-1, 18 से 29-1, 27-3 से 7-4, 10 से 21-4, 24-4 से 5-5, 8 से 19-5, 22-5 से 2-6, 5 से 16-6, 19 से 30-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 13 से 24-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 30-11 से 11-12, 22-12 से 2-1-2023, ∠ सतिपट्टान: 2022» 29-3 से 6-4, 7 से 15-6, 19 से 27-7, 12 से 20-12, 3-दिवसीय: 2021» 16 से 19-12, धम्मउत्सव: 2022» 16-1, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 30-1, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 10 से 21-4, 19 से 30-6, 9 से 20-10, 20-दिवसीय: 2021» 28-9 से 19-10, 2022» 6 से 27-2, 28-10 से 18-11, 30-दिवसीय: 2021» 18-9 से 29-10, 2022» 6-2 से 9-3, 28-10 से 28-11, 45-दिवसीय: 2022» 6-2 से 24-3,

धम्मपुष्कर : 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: 13 से 24-9, 26-9 से 7-10, 10 से 21-10, 23-12 से 3-1, ∠ सतिपट्टान: 23 से 31-10, 11 से 19-12, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 30-8 से 10-9, 20-दिवसीय: 7 से 28-11, 30-दिवसीय: 7-11 से 8-12, संपर्क: 1) श्री रवि लोषणीवाल, 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 केन्द्र, लहरिया रिसोर्ट के पीछे, अध्यात्म विज्ञान सस्तग केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org, दस-दिवसीय: 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 ∠ सतिपट्टान: 29-9 से 7-10, 3-दिवसीय: 7 से 10-12, किशोरियों का शिविर: 2 से 10-9, # बाल शिविर 3-दिवसीय: (13 से 16 वर्ष केवल लड़कियां) 25 से 28-8, संपर्क: 1) श्री नेमीचंद्र भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लॉक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: Whatsapp No. 9887099049, 8233013020.

धम्मपुब्बज, चरू (राजस्थान)

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चरू से 6 कि.मी.) चरू (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: 12 से 23-9, 17 से 28-10, 8 से 19-11, 23-11 से 4-12, ∠ सतिपट्टान: 28-9 से 6-10, 22 से 30-12, 3-दिवसीय: 9 से 12-10, 8 से 11-12, किशोरों का शिविर: 1 से 9-9, # बाल शिविर 2-दिवसीय: (13 से 16 वर्ष लड़के) 31-10 से 2-11,

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: 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, रूम 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

धम्मपट्टान : सोनीपत (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapatthana@gmail.com, ∠ सतिपट्टान: 23 से 31-12, सहायक आचार्य कार्यशाला: 2 से 5-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 6 से 7-10, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 15 से 26-10, 30-दिवसीय: 28-8 से 28-9, 45-दिवसीय: (15 दिवसीय आनापान) 2-11 से 18-12, संपर्क: धम्मसोत-संपर्क पर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअर पोर्ट/कुंजपुरा रोड, गह्वरमेट 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: 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, ∠ सतिपट्टान: 27-10 से 4-11,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिति, लाहली - आंवल रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानौर, जिला: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दस-दिवसीय: 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, ∠ सतिपट्टान: 6 से 14-11,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गांव आनंदगढ़, पो. मेहलांवली जिला-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dhaja.dham-

ma.org, दस-दिवसीय: 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, ∠ सतिपट्टान: 6 से 14-11,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केंद्र, धरमकोट मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिला- कांगड़ा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (पंजीकरण के लिए फोन सायं 4 से 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2021» अप्रैल से नवंबर हर माह 1 से 12 तथा 15 से 26. केवल अन्य शिविरों के समय नहीं ∠ सतिपट्टान: 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 लोभझंग विसुद्धा, एन्सट टैक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दस-दिवसीय: 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, ∠ सतिपट्टान: 18 से 26-8, 15 से 23-12, 3-दिवसीय: 16 से 19-9, 2-दिवसीय: 27 से 29-8, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 9:00 से 1-दिवसीय: हर माह दूसरे रविवार. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)

देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, 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: 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, ∠ सतिपट्टान: 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, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फैक्स: 2715580.

धम्मलखण : लखनऊ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बकशी का तालाब, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारम्भ के दिन दोपहर 2 से 3 तक बकशी का तालाब रेलवे क्रॉसिंग से वाहन सुविधा उपलब्ध।) Email: info@lakkhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453211879, दस-दिवसीय: 4 से 15-9, 19 से 30-9, 4 से 15-10, 4 से 15-11, 19 से 30-11, ∠ सतिपट्टान: 19 से 27-10, 3-दिवसीय: 28 से 31-10, 2-दिवसीय: 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 लड़कियां) 30-12-21 से 2-1-22, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 4 से 25-12, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मृदुला मुकेश, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

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

धम्मचक्र : सारनाथ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, खरगीपुर गांव, पो. पिथरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारनाथ म्यूजियम से ऑटोरिक्शा 100/- है।) दस-दिवसीय: 3 से 14-9, 18 से 29-9, 3 से 14-10, 18 से 29-10, 3 से 14-10, 18 से 29-10, 20 से 31-12, ∠ सतिपट्टान: 9 से 17-12, बाल शिविर शिक्षक कार्यशाला: 30-10 से 2-11, ∞ दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 6-11 से 7-12, संपर्क: मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.agu4@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 17-6 to 28-6; 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, ढोड़ी घाट, रुमा, पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशन से 23 कि० मी०) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं) दस-दिवसीय: 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, ∠ सतिपट्टान: 22 से 30-11, 3-दिवसीय: 1 से 4-9, एक-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सायं 5 तक, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20-11 से 1-12-21,

धम्मसुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केंद्र, पुलिस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ- 250002, कार्यालय संपर्क: फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, 10-दिवसीय: 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, ∠ सतिपट्टान: 6 से 14-11,

धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मगध विश्वविद्यालय के समीप, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-डोभी रोड, बोधगया-824234, मोबा. 94716-03531, Email: info@bodhi.dhamma.org; संपर्क: फोन: 99559-11556. Website: www.bodhi.dhamma.org, Long course Email : bodhi.longcourse@gmail.com , दस-दिवसीय: 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, **सतिपट्टान**: 18 से 26-10, 26-1-2022 से 3-2-2022, **दस-दिवसीय**: 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, पार्की, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, **दस-दिवसीय**: 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, **सतिपट्टान**: 1 से 9-11, **संपर्क**: श्री राजकुमार गोनका, फोन: 0621 2240215, Email: info@licchavi.dhamma.org

धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)

बाराचकिया - 845412, पूर्व चम्पारन, बिहार, **संपर्क**: फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammaupavan@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: अप्रैल से दिसंबर तक हर माह 2 से 13, **स्थान**: शिल्प ग्राम, नव नालंदा महाविहार, गव्हरमेट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, **संपर्क**: डा लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com. online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

धम्मपाटलिपुत्र : पटना (बिहार)

स्थान: विपश्यना साधना केंद्र, ध्यान खंड, बुद्ध स्मृति पार्क, फ्रेजर रोड, पटना जंक्शन के पास, **संपर्क**-फोन: +91 6205978822, +91 6299534629; E-mail: info@patna.in.dhamma.org ; Website: www.patana.in.dhamma.org ; **दस-दिवसीय**: 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. **सतिपट्टान**: 3-8 to 11-8-21

धम्मवैशाली : वैशाली (बिहार)

धम्मवैशाली विपश्यना केंद्र, वियतनाम महाप्रजापति ननरी, विश्वशांति पगोडा रोड, वैशाली-844128, मोबा. 9036012302, 9036012303, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; **संपर्क**: श्री राजकुमार राय, फोन: 7631932444, **दस-दिवसीय**: हर माह-- 4 से 15, जनवरी से दिसंबर तक. **सतिपट्टान**: 18 से 26-11,

कच्छ एवं गुजरात

धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

कच्छ विपश्यना केंद्र, 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**: 23-8 से 3-9, 5 से 16-9, 18 से 29-9, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12. **3-दिवसीय**: 24 से 27-8, **द्विदिशिविर**: 20-दिवसीय: 1 से 22-10, 30-दिवसीय: 1-10 से 1-11, 45-दिवसीय: 1-1 से 16-2-2022, **संपर्क**: मोबा. 7874623305, 9825320551.

धम्मकोट : राजकोट (गुजरात)

सौराष्ट्र विपश्यना केंद्र, कोठारिया रोड, राजकोट. फोन: (0281) 2924924, 2924942, मोबाईल: 7878727240, 93279-23540, Email: info@kota.dhamma.org, **दस-दिवसीय**: 25-8 से 5-9, 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, **सतिपट्टान**: 10 से 18-9, **संपर्क**: 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फैक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मोंटू गांव, ता. जिल्ह- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. **संपर्क**: 1. निखिलभाई पारीख, मोबा. 09429233000, 2. श्री उपेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, **दस-दिवसीय**: 2021) 1 से 12-9, 20 से 31-10, 7 से 18-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, 22-12 से 2-1-22, 5 से 16-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2-22. **सतिपट्टान**: 2022) 22-1 से 30-1-22, 3-दिवसीय: 2021) 19 से 22-11, **द्विदिशिविर**: 30-दिवसीय: 16-9 से 17-10-21,

धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

गुर्जर विपश्यना केंद्र, (अहमदाबाद रेलवे स्टेशन से 40 कि.मी.) ग्राम रनोडा, ता. धोलका, जिला- अहमदाबाद-387810. मोबा. 89800-01110, 89800-01112, 94264-19397. फोन: (02714) 294690. Email: info@pitha.dhamma.org, (बस सुविधा हर शिविर के 0 दिवस पर, पालदी बस स्टैंड (अहमदाबाद) दोपहर 2:30 बजे) **दस-दिवसीय**: 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 2 से 13-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 29-12-2021 से 9-1-2022, 12 से 23-1, 16 से 27-2. **कृतज्ञता-शिविर**: 26-1 से 10-2, **संपर्क**: 1) श्रीमती शशि तोदी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पच्छिम से 2 कि० मी० दूरी पर बेरीयाच 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**: 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, **सतिपट्टान**: 25-8 से 2-9, 3-दिवसीय: 30-9 से 3-10, 18 से 21-11, **द्विदिशिविर**: 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, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा थीरुनोरमलाई 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 गोनका, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgiclothing.in, **दस-दिवसीय**: 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: 30-9 से 3-10, 28 से 31-12,

धम्मखेत : हैदराबाद (तेलंगाना)

विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (12.6 किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, वनस्थलीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाना पंजीकरण: (प्रातः ९ से १२ तथा ३ से ५ तक) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, **दस-दिवसीय**: 1 से 12-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 30-11 से 11-12, **सतिपट्टान**: 15 से 23-9, 2-दिवसीय: 1 से 3-10, **आचार्य कार्यशाला**: 26 से 30-9, 1-दिवसीय: हर रविवार, **द्विदिशिविर**: विशेष दस-दिवसीय: 14 से 25-12, 20-दिवसीय: 14-12-21 से 4-1-22, 30-दिवसीय: 14-12-21 से 14-1-22,

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

धम्ममधुरा : मदुराई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेतिया पट्टी, ता. आतुर पो. गांधीधाम युनिवर्सिटी दिंडीगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, **संपर्क**: 9442603490, 9442103490, **दस-दिवसीय**: 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, 2022) 19 से 30-1, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12-2022 से 1-1-2023 **सतिपट्टान**: 11 से 19-9, 2022) 13 से 21-8, 3-दिवसीय: 25 से 28-11, 2022) 4 से 7-8, 22 से 25-9, **कृतज्ञता-शिविर**: 2 से 17-2,

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@nagajuna.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: dhammpala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन; www.pala.dhamma.org, **दस-दिवसीय**: 25-8 से 5-9, 20 से 31-10, 6 से 17-11, 1 से 12-12, **सतिपट्टान**: 20 से 28-11, **द्विदिशिविर**: 20-दिवसीय: 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**: 4 से 15-9, 2 से 13-10, 19 से 30-11, 15 से 26-12, **सतिपट्टान**: 18 से 26-12-21, 3-दिवसीय: 13 से 16-10, 26 से 29-12, **सामू. साधना**: हर रविवार प्रातः 8 से 9 **संपर्क कार्यालय**: विक्रम नगर, म्ही 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**: 17 से 28-9, 20 से 31-10, 19 से 30-11, 10 से 21-12,

धम्मकेतु : दुर्गा (छत्तीसगढ़)

विपश्यना केंद्र, धनौद, व्हाया-अंजौरा, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in, **दस-दिवसीय**: 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, 1-दिवसीय: 31-10, 20-11, # **बाल-शिविर**: 2-10, 19-11, 18-12, **धम्मसेवक कार्यशाला**: 5-12, **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**: 1 से 12-10, 2 से 13-

12, 17 से 28-12, ◊ सतिपट्टान: 13 से 21-11, 1-दिवसीय: 24-10, 7-11, # बाल-शिविर: 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: 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: 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, 1-दिवसीय: 5-9, 3-10, 14-11, 12-12, # बाल-शिविर: 19-9, 31-10, 28-11, 26-12, संपर्क: कार्यालय: टोबेको हाऊस, 5 वा माळा रूम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉरनर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,

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, दस-दिवसीय एकजीवमूटिव शिविर
बच्चों के शिविर तथा 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>

ग्लोबल विपश्यना पगोडा में वर्ष 2021/22 के महाशिविर एवं प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविर

रविवार: 26 सितंबर, 2021, शरद पूर्णिमा एवं श्री गोयनकाजी की पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में तथा रविवार: 9 जनवरी, 2022 को पूज्य माताजी एवं सयाजी ऊ बा खिन की पुण्य-तिथि के उपलक्ष्य में पगोडा में महाशिविरों का आयोजन होगा, जिनमें शामिल होने के लिए कृपया अपनी बुकिंग अवश्य कराएँ और समग्रानं तपो सुखो— सामूहिक तप-सुख का लाभ उठाएँ। समय: प्रातः 11 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>

सूचना: कोविड-19 की स्थिति के अनुसार सभी कोविड-नियमों का पालन अनिवार्य होगा। इसकी संपूर्ण जानकारी बुकिंग के समय उपलब्ध करायी जाती है।

पगोडा के समीप ‘धम्मालय’ अतिथि-गृह में उपलब्ध निवास-सुविधा

पवित्र बुद्ध-धातुओं और बोधिवृक्ष के सान्निध्य में रह कर गंभीर साधना करने के इच्छुक साधकों के लिए ‘धम्मालय’ अतिथि-गृह में निवास, भोजन, नाश्ता आदि की उत्तम सुविधा उपलब्ध है। अधिक जानकारी और बुकिंग के लिए निम्न पते पर संपर्क करें— श्री जगजीवन मेश्राम, धम्मालय, ग्लोबल विपश्यना पगोडा, एस्सलवर्ल्ड जेटी, गोरार्ई विलेज, बोरीवली (प.) - 400091. फोन. +91-22-50427599/598 (धम्मालय रिसेप्शन) पगोडा-कार्यालय- +91-22-50427500. Mob. 9552006963/7977701576. Email- info.dhammalaya@globalpagoda.org

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।)

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.

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 अपने 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



विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ “संचुरीज कॉर्पस फंड”

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

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

संपर्क:- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or

2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156,

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

Email- audits@globalpagoda.org;

Bank Details: ‘Global Vipassana Foundation’ (GVF),

Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments,

Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064,

Branch- Malad (W).

Bank A/c No.- 911010032397802;

IFSC No.- UTIB0000062;

Swift code: AXIS-INBB062.

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

विपश्यना विशोधन विन्यास

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

सुखदा संगति संत की, पाये होय निहाल।

सत्य प्रकट हो तोड़कर, सारे भव जंजाल ॥

मिटे अँधेरा बोध का, दीप प्रज्वलित होय।

भूले भटके पथिक का, पंथ प्रकाशित होय ॥

कदम-कदम सत्यथ चले, छूटे भव-कांतर।

जनम-जनम के दुःख से, प्राणी होवे पार ॥

मंजुल वाणी धरम की, मंगल से भरपूर।

मन के जाले काटकर, संशय कर दे दूर ॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड

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

फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166

Email: arun@chemito.net

की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

बुद्ध धरम रो, संघ रो, यो साचो सनमान।

जीवन मँह जागै धरम, हुवै जगत कल्याण ॥

या हि धरम री परख है, यो हि धरम रो माप।

जीवन मँह धारण कर्या, दूर हुवै संताप ॥

जीवन मँह उतरे बिना, धरम न सम्यक होय।

काया वाणी चित्त रा, करम न निरमळ होय ॥

मेरो भी होवै भलो, भलो सभी को होय।

मेरो भी मंगळ सधै, सबको मंगळ 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, सावन पूर्णिमा, 22 अगस्त, 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 Iगतपुरी-422 403, Dist. Nashik (M.S.) (फुटकर बिक्री नहीं होती)

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

DATE OF PUBLICATION: 22 AUGUST, 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: yri_admin@vridhamma.org;

course booking: info@giri.dhamma.org

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