



**महत्त्वपूर्ण सूचना:** सामान्यतः एक दिवसीय शिबिरांची सामान्य समय-सारिणी सकाळी 9 ते सायं 5 वाजे पर्यंत आहे. परंतु स्थानीय परिस्थितीच्या अनुसार यात बदलसुद्धा करू शकता, याची माहिती स्थानीय व्यवस्थापकाकडून मिळेल.

मुंबईतील एक दिवसीय शिबिर व सामूहिक साधना स्थळांची माहिती इंटरनेटवर खालील लिंक वर उपलब्ध आहे. जाग्य्या कमतरतेमुळे त्यांची माहिती आम्ही येथे देऊ शकत नाही. पूर्ण माहितीसाठी कृपया खालील लिंकवर क्लिक करा. लिंकच्या आत सब लिंक सुद्धा आहेत ज्यावर क्लिक करताच त्यांसंबंधी सर्व माहिती म्हणजे फोटोसहित पूर्ण पत्ता, फोन नंबर व नकाशा इत्यादी सुद्धा समोर दिसतील.

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

खालील लिंकवर क्लिक करताच भारतातील सर्व एक दिवसीय शिबिर व सामूहिक साधनांची माहिती दिसेल म्हणजे कोणत्या क्षेत्रातील माहिती जाणू इच्छिता. Jump to ने त्या क्षेत्रातील सर्व कार्यक्रम सविस्तर दिसतील.

<https://www.vridhamma.org/1-day-Courses-Information-in-India>

**आता एक दिवसीय शिबिर व सामूहिक साधना कार्यक्रमांचे प्रकाशन वर्षातून केवळ एकदा फक्त ऑक्टोबर मध्येच होईल. म्हणून सर्वांनी या अंकाला एखाद्या फाईल मध्ये जपून ठेवावे. अधिक योग्य ठरेल की वर सुरुवातीला जी लिंक दिली आहे तिचा वापर करून नेटवरच बघण्याचा प्रयत्न करावा. धन्यवादाने!**

**व्यवस्थापक**

मुंबईच्या सर्व कार्यक्रमांसाठी एक दिवसीय शिबिरांसाठी दिलेली लिंक बचा. अन्य स्थानांसाठी सुद्धा लिंका प्रयोग करावा.

● **मुंबई: पहिल्या रविवारी:** ● **कुर्ता:** स्थान: शिवसुष्टी कामगार म्युनिसिपल शाळा, नेहरू नगर, एस. टी. डेपोच्या समोर. **संपर्क:** फोन: राजनिजी मोबा. 9869063726, अरविंदजी, मोबा. 9967403704, पुरुवाजी, मोबा. 9004300759 / उषाजी, मोबा. 9987417886. ● **अंधेरी (पूर्व): स्थान:** आत्मदर्शन, महाकाली केवळ रोड, सुभाष नगर, अंधेरी (पूर्व) **संपर्क:** 1) रीता भंडारी, मोबा. 9987982398, 2) श्री. बत्ता, मोबा. 9820182599, ● **अंधेरी (पश्चिम): स्थान:** डॉ बाबासाहेब अम्बेडकर जन्मशताब्दी भवन, पद्मश्री कर्मवीर दादासाहेब गायकवाड मार्ग, **संपर्क:** १) श्री निजिन, मोबा. 93240-22998, २) डॉ. मोहिनी, मोबा. 9769926169, ● **उदयगंगार:** व तिसऱ्या रविवारी व बाल शिबिर: (10 ते 16 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी सकाळी 10 ते दुपारी 2:30 पर्यंत **स्थान:** A ब्लॉक 703/1405, नेताजी स्कूल च्या मागे, महेश येनाईट जवळ गोकुळ नगर, **संपर्क:** 1) श्री राम मेघरजी, मोबा. 9970755130,

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **चेन्नई:** स्थान: मॉडर्न इंग्लिश हाई स्कूल, छेदा नगर, चौथ्या टावर, पारस निकेतन बिल्डिंगजवळ चेन्नई. **संपर्क:** श्री अरविन्दजी, मोबा. 9967403704, कविताजी मोबा. 9619749431, ● **वित्ते पार्ले:** (प.) (1) दुपारी 11 ते 4:30 पर्यंत, व चौथ्या रविवारी, सामू. सा.: प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 6:30 ते 8, **स्थान:** जमनाबाई नर्सिंग स्कूल JVDP, **संपर्क:** श्री देवनाथी मेहनत, मोबा. 92232-54982, रीता भंडारी मोबा. 9987982398, ● **कांदीवली: (प.)** व सकाळी: 8 ते 1:30 पर्यंत, **स्थान:** पहिला माळा पोईसर जीमखाना, पोईसर बस डेपो जवळ, कांदीवली (प) **संपर्क:** 1) श्री. वापेला, 9324494215.2) श्री निदेश, मोबा. 9820226282, ● **उदयगंगार:** तसेच चौथ्या रविवारी सामू. साधना: दररोज सायं 8 ते 9, धम्म साकेत, विपश्यना केंद्र, नालंदा शाळेजवळ, कानसई रोड, सुभाष टेकडी, उरुहासनगर-4, **संपर्क:** 1) श्री. वाकोडे, मोबा. 9421627274. ● **डोंबीवली: (पूर्व): स्थान:** सर्वोदय विद्यालय, कल्याण शीलफाटा रोड, पालवा, डोंबीवली: (पूर्व) व बाल शिबिर: (10 ते 16 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी सकाळी: 10 ते दुपारी 3 पर्यंत, **स्थान:** लोढा वर्ड स्कूल, एकसंपरिया मॉल जवळ, कल्याण शीलफाटा रोड, पालवा, डोंबीवली: (पूर्व) **संपर्क:** श्री अरुण चांदवानी, मोबा. 9819056629,

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **मुलुंड (प.):** व सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 तिसऱ्या रविवारी सोडून **स्थान:** लायन पवेलियन, 1st फ्लोर, वाजे शाळे जवळ विठ्ठलभाई पटेल रोड, मुलुंड (प) **संपर्क:** 1) श्री काली गौडर, मोबा. 9321598545, 2) वी. डी. प्रसाद, मोबा. 9821323033, ● **विगार (प.):** प्रातः 10 से 4 तक, व सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, व बाल शिबिर: (सकाळी 9:30 ते दुपारी 2:30 पर्यंत, वय वर्ष 10 से 16) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी **स्थान:** तीसरा माला, मायफेअर विगार गार्डन, बॉलिंग रोडच्या बाहेर, विगार (प.) **संपर्क:** श्री. मिलिंद, मोबा. 9766622428, श्री. प्रकाश, मोबा. 9049046984, ● **बदलापुर (प.):** व सामू. सा. प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवार आपल्या वेळेनुसार सकाळी 10 ते 12 पर्यंत, दुसऱ्या रविवारी विपश्यना परिचय व आनापान: सकाळी: 11 ते दुपारी 1.30 पर्यंत, **स्थान:** बारावी विपश्यना सेवा संस्थान, भालेराव फार्माहाऊस मूलागांव बोराडपडा रोड बदलापुर (पश्चिम) **संपर्क:** श्री. सुहास, मो. 8767411434, श्री रवींद्र, मो. 8691002007,

**चौथ्या रविवारी:** ● **ठाणे (प.): स्थान:** VCS कालिंदी सर्विस, यूनिट नं. 6, A16 7 B 8, Amfotech IT पार्क, वागळे इंडस्ट्रियल एस्टेट, ठाणे, **संपर्क:** 1) श्रीप्रकाशजी, मोबा. 8879940138, ● **डोंबीवली (प):** सकाळी: 11 ते सायं. 5 पर्यंत, **स्थान:** एम्स ऑडिटोरियम, 3<sup>rd</sup> फ्लोर, एम्स हॉस्पिटल जवळ, MIDC,

**संपर्क:** 1) श्री देवश्रीष, मोबा. 9029423540, 2) श्री मुकुल, मोबा. 9819866615, ● **खारघर (नई मुंबई):** व सामू. सा. प्रत्येक रविवारी सायं 6 ते 7 व रविवारी सकाळी: 8 ते 9. चौथ्या रविवार सोडून **स्थान:** विश्वजोत हाई स्कूल, प्लॉट नं. 77, सेक्टर 20, जलवायु विद्याशाळा जवळ, खारघर, नवी मुंबई, **संपर्क:** 1) सुषमाजी, मोबा. 9322890275, 2) सरस्वतीजी, मोबा. 9322683469, ● **कांदीवली: (पूर्व)** सकाळी: 8 ते दुपारी 1:30 पर्यंत, **स्थान:** चक्रभुज नरसी स्कूल, मुंबेच्या प्रीमियर टावर च्या समोर, WE हाईवे, **संपर्क:** 1) श्री. शशिकांत, 9869202604. 2) श्री मुकेश, मोबा. 91679-80379,

**इतर:** ● **चवटगे:** प्रत्येक रविवारी. सकाळी: 10:45 ते सायं 5 तसेच **बाल-शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी (सकाळी: 10:30 ते 3:30) **केवळ बाल-शिबिर:** **संपर्क:** श्री मुस्ताफा मोबा. 8225854444 (दुपारी 2 ते 3 पर्यंत) **स्थान:** 3 रा माळा, वसंत सागर, जय हिंद कॉलेजजवळ, 'ए' रोड, चवटगे, मुंबई-400020. **संपर्क:** हीना, मोबा. 9819219087, श्री नितिन, मोबा. 9820003057, ● **गोर्गई, बोरीवली (पश्चिम): स्थान:** ग्लोबल विपश्यना मोगडा गेट नं. 6, गोर्गाईंगव मुंबई, दररोज (11 ते 4:30 पर्यंत), सामू. साधना: दररोज, साधक आपल्या वेळेनुसार येवून घ्याऊन कसे शकतात, सकाळी: 9 ते रति 7 पर्यंत, **संपर्क:** (सकाळी 10 ते सायं. 6 पर्यंत) फोन: 022 50427500, Ext. No. 9, मो. 8291894644, (Whats App) 8291834644, SMS: 8291894645 ● **गोरेगाव: (पूर्व)** प्रत्येक रविवारी शनिवारी व सार्वजनिक सुट्टी समयी आणि बाल शिबिर प्रत्येक महिन्यात एक वेळेस व सामू. साधना: दररोज सकाळी 8 ते 9 व 2:30 ते 3:30, सायं 6 ते 7, **स्थान:** मोहन गोखले रोड, लक्षधाम स्कूल जवळ, उमेशेंदरपाडा गोकुलधाम कालोनी, **गोरेगाव (पूर्व) संपर्क:** 1) श्री यजुवंत कदू, 9920199203, 2) मामनी दोशी, मोबा. 8850323802, ● **वित्ते पार्ले (प.):** सार्वजनिक सुट्टी समयी हॉल उपलब्ध असल्यावर, **स्थान:** नानावटी हॉस्पिटल, एस. व्ही रोड, **संपर्क:** शिरीस कामदार, मोबा. 9820590231,

● **इतर महाराष्ट्र: पहिल्या रविवारी:** ● **नाशिक:** (सामू. साधना, सकाळी: 8.30 ते 11.30) **संपर्क:** 9325384433, ● **अकोला: स्थान:** विद्यामंदिर कन्या शाळा, IMA हॉलसमोर, अकोला **संपर्क:** श्री ज्ञानेश्वर वेंरे, मोबा. 94224-09435. (जेवणाची व्यवस्था असते). ● **अमरावती:** 1) **स्थान:** जिल्हा परिषद विद्यालय, आसरा, ता. भातकुली. **संपर्क:** श्री. रामटेके, मोबा. 9921625652. 2) **स्थान:** प्रज्ञा दिप विपश्यना हॉल, शामनगर. फोन: 238-5501. **संपर्क:** श्री किशोर देशमुख, फोन: (0721) 2662179, मोबा. 7798906169, 8007676033, 3) सकाळी: 7 ते दुपारी 12 पर्यंत. **स्थान:** महावीर भवन, **संपर्क:** 1) राजकुमारजी बरडोबा, मोबा. 7083896906, 2) श्री प्रभाकर मोहोड, मोबा. 9673925070. ● **गडचिरोली:** तसेच **बाल-शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी, **स्थान:** तुळूम वाई, देसाईगंज, ता. देसाईगंज, जि. गडचिरोली. **संपर्क:** 1) विजय देहाज मोबा. 95791442218. 2) श्री पुरुषोत्तम दुधे मोबा. 9421734459.

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **नाशिक:** (सामू. साधना, सकाळी: 8.30 ते 11.30) **संपर्क:** 9373925050. ● **पिंपरी-चवतमाळ: संपर्क:** (07232) 255316. ● **अमरावती: स्थान:** महानगर पालिका शाळा, बेनोडा, अमरावती. **संपर्क:** श्री सुप्रिय शेंडे, मोबा. 99226-94994. ● **चंद्रपूर:** (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9), ( **बाल शिबिर:** प्रत्येक रविवारी वेगवेगळ्या ठिकाणी). **संपर्क:** चंद्रपूर विपश्यना साधना प्रचार समिती, मिलिंद धरणे, सुगत नगर, मनीषानगर, वाई नं. 2, चंद्रपूर. फोन: 262477. ● **शेगाव: स्थान:** शेगाव अर्बन क्रेडीट को ऑर्पोरेटिव्ह सोसायटी, जुना मंदीर रोड **संपर्क:** महेंद्रसिंग आनंद मोबा. 94221-81970. ● **पत्रागिरी:** तसेच सामू. साधना, दररोज सकाळी: 6 ते 7 व सायं 7 ते 8, **स्थान:** (ब्रह्मगिरी) राजेंद्रगिरी नगर शंकर ट्रेडर्सजवळ गो. वसन्त नगर परपन्णी, **संपर्क:** 1) श्री उद्धव आळसे, मोबा. 94213-92193. ● **अतिवाढी:** (सामू. साधना, प्रत्येक दिवशी सायं 6 ते 7 आणि प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9), तसेच **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी, **स्थान:** बी 12/10, आर. सी. एफ कॉलोनी, अलिगवा जि. रायगडा. **संपर्क:** मोबा. 94211-71198, 94201-99637. ● **अमरावती: स्थान:** कुरुळपूर्णा, ता. चांदूर बाजार, **संपर्क:** 1) श्री थोरात, मोबा. 9765873488. 2) श्री बरडीया, मोबा. 9422158590. ● **सवेर: स्थान:** कमलाबाई हॉल ग्रायस्कूल, मोबा. 9403837714.

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **नाशिक:** (सामू. साधना, सकाळी: 8.30 ते 11.30) **संपर्क:** 9420366298. ● **खामगाव:** तसेच (सामू. सा.: दररोज सायं 7 ते 8 तसेच प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9), **स्थान:** सब-इंजॉनिअर्स, क्रेडिट सोसायटी कोर्टजवळ. **संपर्क:** 1) श्री समदुर, मोबा. 945032-56717, ● **मलकापूर:** (अकोला) तसेच (बाल शिबिर प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी, 12 ते 18 वर्ष), **स्थान:** भद्रन्त निवास रायलटन कॉलोनी येवता रोड मलकापूर जि. अकोला. **संपर्क:** 1) श्री तापडे, मोबा. 7038629525, 2) श्री. साठवेले मोबा. 9404092468. ● **गांधीनगर (कोहणपूर):** तसेच (सामू. सा. सकाळी: 6:30 ते 7:30) ठिकाण गांधीनगर महाविद्यालय, बस स्टॅंडसमोर, **संपर्क:** 1) श्री शामलाल कालापणी, मोबा. 94225-83369, 2) नंदलाल चावला, मोबा. 94212-05509. ● **वर्धा:** सकाळी: 10:00 ते सायं 5:00. **स्थान:** बोधी भवन बुद्धविहार विक्रमशिला नगर. **संपर्क:** फोन: (07152) 247261, मोबा. 989906-17235. ● **अमरावती: (कुरुळपूर्णा) स्थान:** कुरुळपूर्णा, वेळ 11 ते 5 पर्यंत, **संपर्क:** 1) श्री प्रभाकर मोहोड, मोबा. 9673925070. ● **बुलडाणा:** तसेच (सामू. सा. प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8.00 ते 9.00) **स्थान:** विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट बुलडाणा. **संपर्क:** टी. जी. इंगले मोबा. 7057220147,

**चौथ्या रविवारी:** ● **तातूर:** या तारखेस नाही 30-10, तसेच सामू. साधना: दररोज सकाळी: 8 ते 9, व बाल शिबिर प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी **स्थान:** धम्मआवास, विपश्यना समिती, आर. टी. ऑफिसजवळ, वसंत विहार कॉलोनी, बाभळगाव रोड, लातूर-413531 **संपर्क:** मोबा. 94224-25911, 94222-40903. ● **टाकळघाट:** तसेच बाल शिबिर: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी

**संपर्क:** धम्मकुबेर कार्यालय संत विक्रमनाथ तपोभूमी, टाकळघाट ता. हििंगणा जि. नागपूर, मोबा. 9372769865, 9373915214. ● **अमरावती: स्थान:** (1) गायत्री संस्कार केंद्र, **संपर्क:** श्री खेडकर, मोबा. 9923203328. (2) **स्थान:** बुद्धविहार, नयाबस्ति, वडनगर रेल्वे. **संपर्क:** वासनिक, मोबा. 7769822427.

**इतर:** ● **भुसावळ:** प्रत्येक महिन्यात पहिल्या तसेच तिसऱ्या रविवारी (वेळ-सकाळी: 9 ते सायं 4 पर्यंत) **संपर्क:** 9860552211, व **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी (वेळ- सकाळी: 9 ते दुपारी 2:30), **स्थान:** विपश्यना साधना समिती, कोटेचा महाविद्यालयाजवळ, शांतीनगर. **संपर्क:** 9404058406, ● **जळगाव:** प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व चौथ्या रविवारी वेळ सकाळी: 8 ते 1:30 वाजेपर्यंत **संपर्क:** 9011033161, व **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी सकाळी: 8 ते 1 वाजेपर्यंत **स्थान:** बालोद्यान एम. आय. डी. सी. **संपर्क:** 9823046754, ● **महाड (रायगड):** प्रत्येक तीन महिन्यांमध्ये चौथ्या रविवारी. **स्थान:** डॉ. बाबा साहेब आंबेडकर स्मारक, चंद्रपूर तालुकासमोर **संपर्क:** श्री विश्वाधर घोले, फोन: (02145) 690296, 098193-54874. ● **नांदेड:** 1) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या व चौथ्या रविवारी **संपर्क:** 1) श्री एस. एम. जांजणे, मोबा.: 9422189318. 2) डॉ. कुलकर्णी, मोबा.: 9422173202. 2) प्रत्येक पूर्णिमेच्या दिवशी (सकाळी: 7 ते 11) तसेच सामू. साधना: दररोज सकाळी: 7 ते 8 व सायं 6:30 ते 7:30, **स्थान:** गौतम भावे, धम्मपुष्प, रविनगर, जंगमवाडी. मोबा. 9423614265. ● **अमरावती:** 1) प्रत्येक पूर्णिमा तसेच सामू. साधना: दररोज सकाळी: 8 ते 9 तसेच दुपारी 2:30 ते 3:30 व सायं 6 ते 7. **स्थान:** "धम्मपथ" विपश्यना हॉल, कमल कृष्ण नगर **संपर्क:** श्री किशोर देशमुख, मोबा. 7798906169. 2) प्रत्येक पूर्णिमा **स्थान:** सद्धम बुद्ध विहार अमरावती, **संपर्क:** श्री देदे, मोबा. 9926562806. ● **औरंगाबाद:** 1) प्रत्येक पूर्णिमा तसेच सामू. साधना: दररोज, सकाळी: 5 ते 6, **स्थान:** 27, गिांतली विद्युत् कॉलेजी, बेनामपुर्ण औरंगाबाद **संपर्क:** श्री नागवे, मोबा. 9545654422, डॉ. मंगला हिवाळे, मोबा. 9421308039. 2) प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9 ते सायं. 6 पर्यंत. **स्थान:** युनिव्हर्सिटी कॅम्पस, बुद्धलणी, औरंगाबाद **संपर्क:** 9420264261. ● **वाशिम:** दोन महिन्यातून एक वेळेस, तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 तसेच दुसऱ्या सकाळी: 5 ते 6 आणि सायं 6 ते 7 तसेच नवीन साधकांसाठी आनापान: प्रत्येक रविवारी 9.30 ते 10.00 वाजेपर्यंत. **स्थान:** एम. बी. भगत निवास हॉल मिलिंद नगर, जांब रोड मंगेरूमलिन, ता. मंगेरूमलिन, जि. वाशिम, **संपर्क:** 1) जार्दनज जे. भगत मोबा. 9545654422, ● **अकोला:** 2024> जानेवारी, जुलै, आक्टोबर मध्ये दुसऱ्या रविवारी सकाळी 10 ते 5, **बाल शिबिर:** (8 से 15 वर्ष) 2024> आक्टोबर मध्ये तिसऱ्या रविवारी व सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9 ते 10 पर्यंत. **स्थान:** सिद्धार्थ बुद्ध विहार शंकर नगर अकोट रोड, अकोला **संपर्क:** श्री गजभिये, मोबा. 9421930186, श्री चव्हाण, मोबा. 9823300280,

● **गोवा: रविवार:** ● **उत्तर गोवा:** सकाळी: 8 ते दुपारी 1 पर्यंत **स्थान:** उत्तर गोवा, पंजिम **संपर्क:** जैनिक, मोबा. 91581-78085, Email: dhammagoa@gmail.com ● **दक्षिण गोवा:** सकाळी: 8 ते दुपारी 1 पर्यंत **स्थान:** दक्षिण गोवा मारागै, **संपर्क:** श्री समीर, मोबा: 83909-72167, 2) श्री पद्विप, मोबा. 70381-90250, Email: dhammagoa@gmail.com

● **गुजरात: पहिल्या रविवारी:** ● **गांधीधाम:** सकाळी: 7:30 ते 2:40, (सामू. सा.: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 7:30 ते 8:30) **स्थान:** प्लॉट 591, सरस्वती बिल्डिंग, जुन्या पोलिस चौकीजवळ, वाई 12-C, गांधीधाम; **संपर्क:** श्री नरनाल मोबा. 94272-09001, श्री ठक्कर, मोबा. 9825051633, ● **बड़ोदा:** सकाळी: 7 ते 12, **संपर्क:** श्री घुटे, मोबा. 8238065787, तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सायं. 6 ते 7, प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, **संपर्क:** परशुराम, मोबा. 9824770874. **स्थान:** 'धम्मभवन', मंगलदोप, 5 कालिंदी पार्क, अकोटा अतिथीगृहाच्या मागे, बड़ोदा ● **रायूर:** तथा सामू. साधना: सायं. 6 ते 7, **स्थान:** आनुभूति, बालवाटिक, बैंक ऑफ इंडिया जवळ, **संपर्क:** श्री डी. गोस्वामी, मोबा. 98248 97251, श्री के. गोस्वामी, मोबा. 99095 25575, ● **रायकोट:** सकाळी 8 ते 2, (भोजन उपलब्ध राहिले) सामू. सा.: सोमवार ते शनिवार सायं 6:30 ते 7:30, रविवारी सकाळी 8 ते 9, व स्नेहमिलन प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी सकाळी 8 ते 10, **संपर्क:** श्री चावडा, मोबा. 9898102880, श्री पमभार, मोबा. 9426448092, बाल शिबिर: प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी, सकाळी 8 ते दुपारी 2 पर्यंत (नास्ता व भोजन उपलब्ध राहिले) व आनापान प्रत्येक रविवारी सकाळी 9:15 ते 10:45, **संपर्क:** मयाबेन भट्ट, मोबा. 9909016767, गंगिबेन भट्ट, मोबा. 9426719012, **स्थान:** मासूम स्कूल, ज्योति नगर, मेन रोड वी/एच SNK स्कूल युनिवर्सिटी रोड. ● **पातलपुर:** (सामू. सा. दुसरा रविवार सोडून प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8:30 ते 9:30, **स्थान:** ब्रह्मपुत्री आश्रम धनियाना चौकीडी अंबाजी हाव्हे पालनपूर, **संपर्क:** सतीश राठौपूर, मोबा. 99785 09198, बेलाबेन बविशी, मोबा. 9904430604, ● **अकलेश्वर:** आणि तिसऱ्या रविवारी सकाळी 8 ते 2 **स्थान:** RMPIS INT स्कूल, जुना नॅशनल हाव्हे अकलेश्वर, **संपर्क:** श्री पटेल, 9824451381, कृष्णा, 9328170462, ● **सुरत:** सकाळी: 7:30 ते दुपारी 12:30 **स्थान:** तथा संपर्क: डा. जितुभाई शाह, A-1-906, स्प्रिंग व्हेली, अपार्टमेंट, नया सिटीलाइट रोड, मोबा. 9825054274,

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **जामनगर:** सकाळी: 9:25 ते दुपारी 3:30 पर्यंत तसेच (सामू. सा. प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 व बाल शिबिर: प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी, सकाळी: 8 ते दुपारी 1 पर्यंत, **स्थान:** धर्म सदन, खडखड नगर, आनंद कॉलोनी जवळ, डेंटल कॉलेज जवळ, जामनगर. **संपर्क:** 1) श्री सोनग्रा, मोबा. 9824095599, 2) श्री रमेश, 9408963935. ● **माध्यापूर:** दुपारी 1 ते 5 व (सामू. सा. रविवारी सकाळी 9 ते 10) **स्थान:** श्रध्दा स्कूल एण्ड कॉलेज, श्री मामी नारायण सोसा. जुनावस माधपूर, **संपर्क:** श्री चौहान, मोबा. 9426803479, श्री ठक्कर, मोबा. 9429547873, ● **नख्खाना: स्थान:** सुविधानुसार, अधिक माहिती साठी **संपर्क:** 9925063368, 9428684622. ● **सुरत:** सकाळी: 7:30 ते दुपारी 12:30 व बाल-शिबिर प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी सकाळी: 9 ते दुप. 12, सामू. साधना दर रोज सकाळी: 8 ते 8, (येथ्या आगोदर फोन करावा)

**स्थान:** 202, रॉयल रेसीडेन्सी वनीयाशेरी महीधरपुर **संपर्क:** कोमल जरियाला, मो. 9898300018,

**तिसन्या रविवारी:** ● **अमरेली:** सकाळी: 8 ते दुपारी 1 पर्यंत, बाल शिबिर: आपल्या आश्रयकते नुसार **सामू. साधना:** प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9 ते 10, **स्थान:** गिरिराज नगर, स्ट्रीट नं. 2, ओम नगर जवळ मेन रोड, ब्लॉक नं. 36, चित्तल रोड, अमरेली **संपर्क:** श्री ललाडीया, मो. 9825404223, 9409042383, ● **मांडवी:** सकाळी 8 ते 12:30 (येण्या आगोदर फोन करावा) **संपर्क:** श्री सोनी, मोबा. 9974575660, श्री सावला, मोबा. 9624453009, तथा सामू. साधना: रविवारी सकाळी 8 ते 9 **संपर्क:** श्री आर. सावला, मोबा. 9925313388, श्री. जे. सावला, मोबा. 9624453009, **स्थान:** शिशुमन्दिर स्कूल, (श्री सरस्वती विद्यामंदिर) बाबवाडी, मेरामंगल नगर, मांडवी रुहल, **सुरत:** सकाळी 7:30 ते दुपारी 12:05 व सामू. साधना: सोमवार ते शनिवार सायं. 6 ते 7 **स्थान:** 15-B, रूप आवास, गुजरात सर्कल जवळ, अदाजन **संपर्क:** श्री उदकर, मोबा. 9879198630,

**चौथ्या रविवारी:** ● **अहमदाबाद:** व सामू. साधना प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, **संपर्क:** किन्तु गढवि, मोबा. 9099030185, **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी सकाळी 9:15 ते 3:30 पर्यंत **संपर्क:** मोनाक्षी उदकर, मोबा. 9427944067, **स्थान:** 1) इश्वर भुवन, HL कोमर्स कॉलेज जवळ, नवरंगपुरा, ● **भुज:** सकाळी: 8:30 ते 12:30 व (सामू. साधना: सोमवार ते शनिवार सायं. 6 ते 7 रविवारी सकाळी: 8 ते 9) **स्थान:** धनवंतरि स्कूल प्रमुख स्वामी नगर भुज, **कच्छ संपर्क:** 9427252821, 9104297973, ● **गांधीनगर:** व सामू. साधना प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** K202, सेक्टर 19 गांधीनगर, **संपर्क:** राडोड, 9824419959, बेलाबेन पटेल, 9687671720 ● **अनंजार:** **स्थान:** सुविधेनुसार, अधिक माहिती साठी **संपर्क:** श्री भद्र, मोबा. 9879630914, श्री सोरथिया, मोबा. 92656 21922, ● **मुन्द्रा:** सकाळी 8 ते 1 **स्थान:** अर्हिसाधाम, प्रगपुर चौकडी, मुन्द्रा, **संपर्क:** 9687699047, ● **सुरत:** सकाळी 7:30 ते दुपारी 12:05, **स्थान:** अनिस पटेल, 6, मीरानगर सोसायटी, सेंट-st.Xavier हाई स्कूल, सुरत **संपर्क:** 9825113360, ● **सुरत:** सकाळी 7:30 ते दुपारी 12:05, **स्थान:** P.P. सावनी विद्याभवन, हिराबध ब्रांच, गेट नं. 2, सुरत, **संपर्क:** अमित पटेल, मो. 9974364867,

**इतर:** ● **अहमदाबाद:** पहिल्या तिसऱ्या व पाचव्या रविवारी, आणि सामू. साधना रविवार, सकाळी 8 ते 9, **स्थान:** मंगलम बंगलो नं. 1, भारती सोसायटी, नागरी हॉस्पिटालच्या जवळ, मिथाखली अहमदाबाद **संपर्क:** किन्तु गढवि, मोबा. 9099030185, ● **आनंद:** शेवटच्या रविवारी सकाळी 8 ते दुपारी 1 **स्थान:** 192, नारायण स्वराज, करमसाद-जोर रोड, करमसाद, आनंद, गुज. **संपर्क:** सुनिताबेन सेठी, 9428660530, ● **सुरत:** केवळ बाल-शिबिर: सकाळी 9 ते दुपारी 12, **स्थान:** सयाजीराव गायकवाड मराठी स्कूल नं. 211, विजयनगर, ऊधन, सुरत **संपर्क:** गव्हाने, मो. 9724321899, ● **सुरत:** प्रत्येक महिन्यात पाँचव्या रविवारी, सकाळी 7:30 ते दुपारी 12:05, **स्थान:** छाया गंठी 818/F ग्रीन Avenue अपार्टमेंट, SMC jogggers पार्क, सुरत, **संपर्क:** 9825263969.

● **नवी दिल्ली:** रविवारी: ● **स्थान:** विपश्यना साधना संस्थान, लॉजिकस्टेट फार्म, राधास्वामी सत्संग फेस 4 च्या समोर, गाव- भट्टी, **संपर्क:** फोन: 93502-82912, ● **स्थान:** विपश्यना समिती, 12, भोगल रोड. **संपर्क:** श्री विजय, मोबाइल: 9718973128,

**दुसऱ्या रविवारी:** ● तसेच (सामू. सा. दररोज सकाळी: 6 ते 7) **स्थान:** गाव हिरन कुदनाजवळ गंगा इंटेनशन स्कूल. नवी दिल्ली-41 **संपर्क:** श्री सुनील कैलाशी, मोबा. 98102-62774, श्री कमलेश. फोन: 8800647590. ● **स्थान:** बुद्ध विहार, यमुना विहार. सी-5 मार्केटजवळ, नवी दिल्ली **संपर्क:** श्री गौतम, तसेच श्री दौलत राम. फोन: 22134872, 986811-02157, 9899311668.

**तिसऱ्या रविवारी:** ● तसेच पाचव्या रविवारी (सामू. साधना प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9) **संपर्क:** श्री राजेंद्र कुमार, सामुदायिक केंद्र, निर्मल छाया, बाहेरील विहार जेल, गेट नं. 2, जेल रोड, मोन: 2553404.

**चौथ्या रविवारी:** ● तसेच सामू. सा. सकाळी: 10 ते 11. **संपर्क:** श्री अभय शर्मा, फोन: 25102316. (कृपया भोजन सोबत आणावे).

● **हरियाणा: पहिल्या रविवारी:** ● **पंचकुला:** तसेच सामू. साधना: दररोज सकाळी: 6 ते 7 व सायं 5 ते 6 **संपर्क:** विपश्यना ध्यान समिती, 162/12. पंचकुला (हरियाणा) फोन: 0172-2563442

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **फरीदाबाद:** **स्थान:** गीता बाल निकेतन शाळा, 3-ई, पार्क निट, फरीदाबाद-1. **संपर्क:** श्री तेनेजा, फोन: 22411435.

**शेवटच्या रविवारी:** ● **येहतक:** तसेच (सामू. साधना: दररोज सायं 4 ते 7); **स्थान:** सेक्टर-2, H.O. No. 617, रोहतक हरियाणा, **संपर्क:** श्री अनिल होडा, मोबा. 92554-05455,

**इतर:** ● **गुडगाव:** पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी, सकाळी: 10 ते सायं 5. तसेच बाळ शिबिर: दुसऱ्या रविवारी सकाळी: 8 ते 2. त्यानंतर जे सायक नसतील त्यांना 3 ते 4 वाजेपर्यंत लघु आनापान दिले जाईल. **स्थान:** हाऊस नं. 23, सेक्टर-23, हुडा गुडगाव, **संपर्क:** 1. निर्मला सिंह मोबा. 9810954249, 2. डॉ. नांन तखानी मोबा. 9868530995.

● **जम्मू:** प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी **स्थान:** आई. आई. एम. स्कूल, केनाल रोड. **संपर्क:** 1) श्री संजीत खजूर्विया मोबा. 094191-80944, 2) श्री राकेश सिंह बिसेन, मोबा. 094692-10220.

● **पंजाब: पहिल्या रविवारी:** ● **लुधियाना:** तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9 ते 10. **स्थान:** 16-E, सराबा नगर, **संपर्क:** 1) श्री अनिल लेखी, मोबा. 9463703586. ● **कपूरथला:** तसेच सामू. साधना: प्रत्येक बुधवारी सकाळी: 6 ते 7. **स्थान:** वरीस राहा हॉल, रेल कोच फॅक्ट्री, **संपर्क:** 1) एस. एच. कनवर, मोबा. 97792-41331. 2) संजीव कुमार मोबा. 094638-47834.

**इतर:** ● **भट्टीडा:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** 288, 8ए, पुखराज कॉलनी, **संपर्क:** 1) श्री प्रदीप गर्ग, मोबा. 09814431076, 2) श्री संजीव जयसिंह, मोबा. 98888334015. ● **मोहाली:** प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** 4005 सेक्टर 68, **संपर्क:** 1) श्रीमती सविता दुदपुरी, मोबा. 98780-33062, 2) श्री जसवीर सिंह, मोबा. 99150-06377. ● **अमृतसर:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 6 ते 7:30. **स्थान:** 1-सी/4 लेन 1 विजय नगर, बताला रोड, **संपर्क:** 1) श्री राहुल मिश्रल, मोबा. 94652-74243, 2) श्री संजीव कुमार मोबा. 9417833086. ● **राजपुरा:** प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 10 ते 4:30 **स्थान:** 426, दादा चौहन एकलेख, राजपुरा, जिल्हा पटियाला, **संपर्क:** 1) श्री राकेश सिंगला, मोबा. 098140-30276, 2) श्रीमती रजनी सिंगला, मोबा. 09646304540.

● **राजस्थान: पहिल्या रविवारी:** ● **अजमेर:** 1) तसेच (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 तसेच 9 ते 10 पू. गुरुजींचे प्रवचन), िकाण व **संपर्क:** विपश्यना समिती, वीर तेजाजी नगर, दौर्दाई, अजमेर-350033; फोन: (0145) 2443604, 2442409;

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **जोधपुर:** **संपर्क:** श्री नेमीचंद भंडारी, 260, 'मयूर', चौथी 'बी' रोड, सरदारपुरा, जोधपुर फोन: (0291) 2637330. मोबा. 93147-27215, 2) जोधपुर कारागृह: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या शनिवारी (सामू. साधना: प्रत्येक शुक्रवारी सकाळी: 8 ते 9) **संपर्क:** श्री भंडारी, फोन: (0290) 2637330, 2432048 (विपश्यना साहित्य व कॅसेटसुद्धा उपलब्ध आहेत). ● **कोटा:** तसेच (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8:30 ते 9:30). **स्थान:** 8/29 सरस्वती कॉलनी, बारा रोड कोटा **संपर्क:** फोन: (0744) 2441193, मोबा. 94131-40242, 98292-62646.

**चौथ्या रविवारी:** ● **रावतभाटा:** (सामू. साधना, बाळ शिबिर व इतर कार्यक्रमसुद्धा) **संपर्क:** फोन: (01475) 233029.

**इतर:** ● **जयपुर:** (1) प्रत्येक रविवारी दुपारी 12 ते 5 **स्थान:** धम्मकुटीर, प्लॉट नं. 527, सिद्धार्थ नगर- ए, जवाहर सर्कलजवळ, जयपुर, **संपर्क:** 1. श्रीमती करुणा पांडे, मोबा. 09414271051, 2. श्री सुशील गोयन्का, मोबा. 09462649377, (3) प्रत्येक शनिवारी व रविवारी (12 वाजेपासून सायं 5:30 पर्यंत) **स्थान:** बोधि ट्री हाऊस, बी- 25, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कॉलनी, अजमेर रोड (डी सी एम परीया), जयपुर **संपर्क:** मोबा. 98281-61955, 90011-11166. (4) **बाळ-शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व दुसऱ्या रविवारी, सकाळी: 8:15 ते 11:30, **स्थान:** 403, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यानजवळ, बनी पार्क, **संपर्क:** 1) श्री सुशील गोयन्का, मोबा. 09462649377, 2) कु. आशा लॉगनी, मोबा. 07412868456. **बाळ-शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या व चौथ्या रविवारी सकाळी: 8:15 ते 11:30, **स्थान:** बोधि ट्री हाऊस, बी- 25, पार्श्वनाथ मार्ग, पार्श्वनाथ कॉलनी, अजमेर रोड (डी सी एम परीया), जयपुर 302019. **संपर्क:** 1) श्री मुखेश जॉईल, मोबा. 09828161955, 2) कु. आशा लॉगनी, मोबा. 07412868456. ● **राजीवाडा:** प्रत्येक पूर्णिमा, अष्टमी व अमावस्या तसेच या व्यतिरिक्त एक दिवसीय स्वयं शिबिर पूर्व सूचना देऊन साधक आपल्या वेळेनुसार कधीपण येऊ शकतात व सामू. साधना: दररोज सकाळी: 6:30 ते 7:30 व सायं 7 ते 8, **संपर्क:** सोनाराम चौधरी, गाव जालेरा कल्ला, ता. रानीवाडा, जिल्हा: जालोर-343040. मोबा. 94607-06279, 94601-23234.

● **उत्तर प्रदेश: पहिल्या रविवारी:** ● **गाजियाबाद:** **स्थान:** बुद्धविहार, सेक्टर-23, संजय नगर. **संपर्क:** श्री सिंह, फोन: (95-120) 2784653, मोबा. 09412220440. ● **झांसी:** (1) सकाळी: 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत. **स्थान:** श्री रावतपुरा सरकार इस्टीट्यूशन, कलापुरम, एन. एच. 75 झांसी रोड, दत्तिया तसेच (सामू. सा. इतर रविवारी सकाळी: 8 ते 10) (2) **स्थान:** पारीछा धर्मल पॉवर हाउस, बुद्ध विहार कॉलनी, पारीछा, झांसी **संपर्क:** 9415030261, 94544-15546, 9005774504. (3) तसेच सामू सा. प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, व प्रत्येक रविवारी पहिल्या रविवार सोडून, लघु आनापान दहा वर्ष वयाच्या पुढील व्यक्तींसाठी. वेळ: सकाळी: 9:30 ते 10 पर्यंत, तसेच जुने साधक कोणत्याही दिवशी सकाळी: 8 ते सायं 6:00 पर्यंत आपल्या वेळेनुसार एक तासाची साधना करू शकतात. **स्थान:** शांति निकेतन, हॉस्टेल बीपीसी पेट्रोल पंपाजवळ, शिवाजी नगर, कानपूर रोड झांसी. **संपर्क:** फोन: (0510) 2320070. मोबा. 9935599453, 90057-74504.

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **कानपुर:** तसेच (सामू. साधना प्रत्येक शनिवारी सकाळी: 8 ते 9), **संपर्क:** श्री अग्रवाल, Email: Dheer.Agg@gmail.com मोबा. 93351-56197. ● **खलीलाबाद:** तसेच सामू. सा. दररोज सकाळी: 7 ते 8. **संपर्क:** श्री राम दुलारे प्रसाद, मंडया, पो. खलीलाबाद, जि. सन्तकबीर नगर- 272175. फोन: (05547) 225454. मोबाईल: 94150-38038. ● **मेरठ:** सकाळी: 8 ते 1 तसेच बाळ शिबिर: तसेच सकाळी: 8 ते 10. **स्थान:** ध्यान केंद्र दिल्ली रोड, शंकर काटेच्या मागे. **संपर्क:** 09319145240.

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **इलाहाबाद:** **स्थान:** एस. पी. कॉन्वेंट स्कूलजवळ, रामचंद्र मिशन आश्रम, चक मुन्देरा इलाहाबाद. **संपर्क:** सी. पी. मौर्य, फोन: (0532) 2233058, मोबा. 93074-20658, 2) श्री. गुप्ता, मोबाईल: 94506-09666.

● **तखलास:** **स्थान:** सेंट्रल पब्लिक स्कूल, (महिला कॉलेज) रजनी खंड, शारदा नगर, (टॅपो स्टॅजजवळ), (सकाळी: 9 ते सायं 5 वाजेपर्यंत) **संपर्क:** 9450355234, 8174935389. ● **बरिन:** अंपराडस अंकावामी, स्कूल, बुद्ध पुरम, **संपर्क:** 1. श्री दिवानी, मोबा. 9838526040, 2. जी. यादव, मोबा. 9452212591,

**चौथ्या रविवारी:** ● **बरेली:** **संपर्क:** 16, शिवपुरी, बरेली, 1) श्री हरीहर प्रसाद वर्मा, मोबा. 9412604486, 2) श्री महेश चन्द्र गुप्ता, मोबा. 96341-66696. ●

**वाराणसी:** **स्थान:** धम्मचक्र, विपश्यना साधना केंद्र, **संपर्क:** मोबा: 09936234823,

**इतर:** ● **सहारनपूर:** पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी, तसेच सामू साधना दररोज एक तास सकाळी: 7 ते 8 व वेगवेगळ्या ठिकाणी. **संपर्क:** श्री मदनसिंह गौतम, मोबा. 99758242211, 7251881213, **स्थान:** लाईट ऑफ पंचशील पब्लिक स्कूल, गाव देवळा, बेट रोड, जिल्हा सहारनपूर, ● **गाजियाबाद:** 1) शेवटच्या रविवारी, सकाळी: 7 ते 8. **स्थान:** धम्म प्रकाश चॅरीटेबल ट्रस्ट, महानामबुद्ध विहार, D-ब्लॉक, अंसल ईस्ट अॅण्ड कॉलनी, ट्रानिका सिटी, लोनी जनपद, मोबाइल: 9899162707, 2) प्रत्येक रविवारी, सायं 6 ते 7. **स्थान:** गाव इन्दर गढी, पो. आध्यात्मिक नगर. फोन: 0120-2766028. 3) प्रत्येक शनिवारी, सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** जे-28, गोंविंद पुरम, गाजियाबाद, ● **गोरखपूर:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवार, सकाळी: 9.30 ते 4.30, **स्थान:** श्रीरथ मंदिर, मॅट्रिकल कॉलेज रोड, गोरखपूर, **संपर्क:** 1) डॉ. मोदी, मोबा. 9336418268, 2) श्री. अग्रवाल, मोबा. 9415692557, ● **मेरठ:** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी सकाळी: 8 ते 1 तसेच बाळ शिबिर सकाळी: 8 ते 3:30, तिसऱ्या व तसेच चौथ्या रविवारी, सकाळी: 8 ते 1, व शेवटच्या रविवारी, वेळ सकाळी: 9 ते 5. **स्थान:** ध्यान केंद्र दिल्ली रोड, शंकर काट्याच्या मागे. **संपर्क:** 09319145240.

● **मध्यप्रदेश: पहिल्या रविवारी:** ● **रतलाम:** (सामू. सा.: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9); **स्थान:** नंचरोपथी सेंट, दोंगर नगर, लॉ कॉलेजमागे, **संपर्क:** श्री पुखराज ओरा, मोबा. 9977952095, ● **सीधी:** (सामू. सा.: प्रत्येक दिवशी सकाळी: 4:30 ते 6:00, सायं 6:00 ते 7:00) **संपर्क:** "विपश्यना कुटी", वन अभयारण्य कॉलनी, सीधी-486661. फोन: (07822) 251397, 09425179466, ● **गोपालपुर:** सकाळी: 10 वाजेपासून सायं 4 वाजेपर्यंत. **स्थान:** धम्मस्मितस्कंध, गाव- गोपालपुर, पो.- शक्तिगढ, जि.- बैतूल. **संपर्क:** 1) श्री रत्नेश वर्मा, मोबा. 9926552991, 2) श्री शिवमोहन श्रीवास्तव, मोबा. 9630130547, ● **भोपाल:** दुपारी 11 ते 5 **स्थान:** आर्य तसेच सामू. सा: प्रत्येक रविवारी, पहिल्या रविवार सोडून सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** गायत्री ऑपॅस्टेक्ट अँवसीस बँकेजवळ, झोन-1, एम पी नगर, **संपर्क:** 9754775857, 9425097372,

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **इंदौर:** (वेळ सकाळी: 8 ते 1:30) तसेच सामू. सा. प्रत्येक रविवारी (तिसऱ्या रविवारी नाही) सकाळी: 8 ते 9, व 1-तासाचे लघु आनापान: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी 9:30 ते 10:30, तिसऱ्या रविवारी ए. बी. रोड, **संपर्क:** 2) श्री शंभुदयाल शर्मा, मोबा. 94253-46528. ● **छिन्दवाडा:** तसेच सामू. सा. प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** एफ/5 सिविल लाईन छिन्दवाडा (म.प्र.) **संपर्क:** 1) महेंद्र कुमार सोमकुवरजी, मोबा. 09424396871, 2) श्री. एम. कटोलकरजी 08602148372.

**चौथ्या रविवारी:** ● **रायपुर:** **संपर्क:** फोन- (0771) 2537131.

**इतर:** ● **सुभार (शहडोल):** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, **स्थान:** विपश्यना साधना सेवा समिती टिकुरी टोला. **संपर्क:** मोबा. 094243-52838. ● **जवलापुर:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, (सामू. सा.: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9 ते 10), **संपर्क:** श्री महेश, मोबा. 9981598352. ● **इटासी:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या गुरुवारी, (सामू. सा.: दररोज सायं 6 ते 7), **स्थान:** प्रज्ञाबुद्ध विहार, न्युयार्ड इटासी (म.प्र.) **संपर्क:** 1) श्री वाघमारे- 9039136491, 2) श्री गंडाम- 9893379601 ● **गुना:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** श्री एस. पी. अग्रवाल, फोन: (07542) 221350, 2) श्री रामस्वरूप भारती, मोबा. 0989393-71740. ● **बैतूल:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, (सामू. सा. दररोज सकाळी: 6 ते 7 तसेच रविवारी सायं 6 ते 7) **संपर्क:** मोबा. 094065-67419, 93295-61205, ● **भोपाल:** प्रत्येक रविवारी, दुपारी 11 ते 5 पर्यंत व सामू. सा: दररोज सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** प्लॅट नंबर 105, सोमा विहार, पहला माता, सन-विला जवळ, वाल्मी रोड चुना भट्टी, **संपर्क:** 9754775857, 7999271484.

● **छत्तीसगढ: पहिल्या रविवारी:** ● **रायपुर:** सकाळी: 8 ते **स्थान:** मित्रल कॉम्प्लेक्स, तेलपामी नाका, रायपुर; **संपर्क:** 1) श्री गुप्ता, मोबाईल: 94252-05310, 2) श्री कोचे, मोबा. 98263-883308.

**दुसऱ्या रविवारी:** ● **विलासपुर:** तसेच सामू सा. सकाळी: 8 ते 9, **संपर्क:** श्री मेश्राम, फोन: 254830. ● **भिलाई:** तसेच सामू सा. रविवारी सकाळी: 8 ते 9, दररोज सायं 7 ते 8 व बाळ शिबिर पहिल्या तसेच तिसऱ्या रविवारी, **स्थान:** प्राथमिक पाठशाळा, सेक्टर 5 भिलाई जि. दुर्ग, **संपर्क:** 1) डॉ शरद बडोले, मोबा. 099071-83474, 2) श्री पी. के. नन्दी, मोबा. 94252-42636. ● **कोरवा:** **स्थान:** सी. एस. इ. बी. कॉलनी, कोरवा (पूर्व) **संपर्क:** 1) श्री एल. पी. शर्मा, मोबा. 9406155316, 2) श्री महेंद्र प्रसाद, मोबा. 99263-42705.

**तिसऱ्या रविवारी:** ● **दल्दी-राजहट:** तसेच बाळ शिबिर प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी, **स्थान:** डॉ. ओंबेकर मेमोरियल भवन, दल्दी-राजहट **संपर्क:** 1) बी. एल. बौद्ध, मोबा. 094061-03832, 2) बी. के. साहू, मोबा. 093033-52732,

**चौथ्या रविवारी:** ● **अमरकंटक:** तसेच सामू. सा. रविवार 8 ते 9. **संपर्क:** (0771) 2537131. ● **महासमुद्र:** सकाळी: 8 वाजेपासून. तसेच संपुष्टिक साधना प्रत्येक रविवारी, केवळ चौथ्या रविवार सोडून, **स्थान:** संजय कुँज, इमलीभावा, महासमुद्र **संपर्क:** 1) श्री एल. एन. शर्मा, मोबा. 94070-78676. 2) श्री नरेश मोरारणी, मोबा. 78281-93027.

● **दक्षिण भारत: पहिल्या रविवारी:** ● **आंठोवितले (पांठोव्ही) संपर्क:** सुशी भावना डी, वेराईट कम्युनिटी, आंठोवितले-605111. Email: bhavana@ auroville.org.in. फोन: 2622045. ● **मद्राई:** (तमिलनाडू) **संपर्क:** फोन: (0452) 2742934/0568. ● **बंगळूर (कर्नाटक) स्थान:** मराठी योगशाळा, हनुमन्तनगर तसेच अलूर; **संपर्क:** विपश्यना साधना व शोध केंद्र, फोन: (080) 23360896 व फोन: 2224330. फॅक्स: 2227776. ● **तनुक्वा:** तसेच तिसऱ्या रविवारी, सामू. सा. रविवार सकाळी: 10 ते 11. **संपर्क:** सुब्बा राव,



SKKSD महिला कला शाळा. फोन: (08819) 22154, 25369, 34188. ● **हैदराबाद (आंध्रप्रदेश):** तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी. सकाळी: 10 ते 11. तसेच सायं 6:15 ते 7:15 **संपर्क:** फोन: (040) 23067240.

**दुसऱ्या रविवारी: ● उडीपी: स्थान:** मंगल मैती निलय, सेधमाडी, हुबली, उडीपी जिल्हा. **संपर्क:** 1) जयंत शेठ्टी, मोबा. 9449773942. ● **श्रीमत्वावा (आंध्रप्रदेश):** तसेच पौर्णिमा. सामू. सा. रविवारी दुपारी 2:30 ते 3:30. **संपर्क:** विपश्यना ऑफिस, ऊडी रोड. फोन: (08816) 26444. ● **अदित्याबाद (आंध्रप्रदेश):** तसेच सामू. सा. रोज दोन तास. **संपर्क:** श्री डी. साह्लाजदास, मोबा. 93900-10027.

**तिसऱ्या रविवारी: ● हुबळी:** तसेच सामू. साधना प्रत्येक रविवारी सकाळी: 7 ते 8; **स्थान:** #95 HIG III क्रॉस, कॅम्पस हॉस्पिटलजवळ, नवा नगर हुबळी - 580025, **संपर्क:** 1) श्री. जगन मोहंनगर, मोबा. 94481-22160, 2) श्री. नारायण पापळे, मोबा. 9880661501.

**चौथ्या रविवारी: ● शिकंदराबाद:** तसेच सामू. साधना: दररोज सायं 6 ते 7 तसेच प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** 702, एमरलड हाऊस, एस. डी. रोड तसेच फोन: श्री मोदी, फोन: 9948095952.

**इतर: ● शिकंदराबाद: 1)** पहिल्या शनिवारी तसेच सामू. साधना: प्रत्येक सोमवारी सकाळी: 7 ते 8. **स्थान:** सरस्वती नगर कॉलनी, लोथकुता. **संपर्क:** ए. सुरेखा, फोन: (040) 27861255, मोबा. 9391639224. 2) दुसऱ्या शनिवारी तसेच (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9). **स्थान:** डी:3, टॉप फ्लोर, विक्रपुरी कॉलनी, **संपर्क:** सन्नानी काटकम, फोन: (नि) (040) 27843684. मोबा. 98852-90543. ● **हैदराबाद (आंध्रप्रदेश): 1)** तिसऱ्या शनिवारी तसेच सामू. साधना: प्रत्येक शनिवारी सकाळी: 10 ते 11. **संपर्क:** के. वाणी, फोन: (040) 23548471, मोबा. 9177037799. 2) प्रत्येक महिन्याच्या 14 तारखेस. **संपर्क:** सुजाया तसेच भूम रेड्डी, मोबा. 93910-23178. ● **विजयवाडा:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, तसेच सामू. साधना: प्रत्येक दिवशी सकाळी: 9 ते 10. व बाळ शिबिर प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी तसेच 70 मिनिट लघु आनापान. **संपर्क:** मोबा. 09346399147, 09542441395.

● **कोयंबटूर:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी, तसेच सामू. साधना प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** पुनम 16/24-C, तिसरा माळा, हमसा लेआउट शम्भुगा थिएटरच्या मागे, R.S. पुरम **संपर्क:** 1) भरत शाह, मोबा. 98423-47244; 2) महेशा बन्सल, मोबा. 98434-51153. ● **कोरमंगल:** एक-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 10 ते 4; **स्थान:** अखिल कर्नाटक प्राणी दूधा संघ, एशियाई गेम्स कॉम्प्लेक्सच्या मागे, 80 फूट रोड, 6 वा ब्लॉक. कोरमंगल. **संपर्क:** गुप्ता फोन: (080) 25534486, 25532204, 22224330. फॅक्स: 22275776. Email: silksb@vsnl.com, ● **दावणगेरे (कर्नाटक):** एक-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात कोणत्याही रविवारी तसेच सामू. साधना प्रत्येक शनिवारी व रविवारी सायं 5 ते 6. **स्थान:** बापुजी महाविद्यालय दावणगेरे, **संपर्क:** 1) श्री ए. एस. मूर्ली, मोबा. 98443-43684, 2) श्री आर. मुरलीधर, मोबा. 99869-62762, ● **चेन्नई (तमिळनाडू): 1)** एक-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी. **स्थान:** आंध्र बालानन्दम, संघ नर्सरी स्कूल, 600011 नं. 64, बुद्रकीत रोड (पुसीओ) बेंकेसमोर, टी. नगर सस टर्मिनस, चेन्नई-600017, **संपर्क:** श्री अरविंद डी. दिक्षातर, मोबा. 94453-91295. ● **मैसूर: (कर्नाटक):** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या तसेच चौथ्या रविवारी, (वेळ सकाळी: 10 ते 3:45) (कृपया भोजन व पिण्याचे पौष्टी सोबत आणावे). **स्थान:** महाबोधि स्कूल, सरस्वतीपुरम, **संपर्क:** 1) श्रीमती विजयालक्ष्मी भट्ट, फोन: (0821) 2304553, मोबा. 94811-49553.

● **पूर्व भारत: पहिल्या रविवारी: ● खरियारोड (उडीसा):** सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी रात्री 7 ते 8. **संपर्क:** 1) फोन: (06678) 222238. 2) फोन: 222407.

**इतर: ● सिलीगुडी:** प्रत्येक महिन्यात शेवटी तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 10 ते 11, **स्थान:** पंचनदी विपश्यना केंद्र, **संपर्क:** डी. बी. तामंग, मोबा. 9932775421. ● **कोलकता:** प्रत्येक महिन्यात एक रविवार सोडून, (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** 1) श्री बदानी, महावीर बिल्डिंग 95, बकुल बागन रोड, ग्राऊन्ड फ्लोर, पद्मपुर कर्णजवळ कोलकता-19. फोन: 24757208, 32951247. सूचना: जर कोणा साधकांना वाटले तर सकाळी: 8 ते 12 वाजेपर्यंत स्वयं शिबिर करू शकतात. सर्व सुविधा आणि मार्गदर्शनसुद्धा उपलब्ध होईल. ● **दिमापुर:** प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी. सकाळी: 9 ते सायं 4. तसेच (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** (03862) 244623, मोबा. 9436002475. Email: nba-rua.58@gmail.com ● **त्रिपुरा:** प्रत्येक पौर्णिमा, सकाळी: 9 ते सायं 4, (सामू. साधना दररोज सायं 6 ते 7, प्रत्येक रविवारी 8 ते 9) **संपर्क:** 1. श्री चकमा, मचमरा, उत्तर त्रिपुरा, पिन- 799265, फोन: (0382) 266204. ● **भुवनेश्वर (उडीसा):** प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी तसेच सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 10 ते 11. **स्थान:** “धम धुनेश्वर” मू. पो. कान्ताबाबा, जि. खोरडा, **संपर्क:** 1) श्री कर, फोन: (0674) 2354207, 9437131019. 2) श्री डी. एन दास, फोन: (0674) 2475757, 9438012166. Email: vipas-sanabbsr@gmail.com

\*\*\*\*\*

## सामूहिक साधना

● **मुंबई: शनिवार: ● पवई:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** जिमखाना बिल्डिंग 4 था माळा, हॉस्टल 11 जवळ, आई. आई. टी. **पवई संपर्क:** श्रीमती नीता पंत, फोन: 9619397648, श्री. राजकुमार, मोबा. 9820084502,

**गुरुवार: ● बोरीवली (पश्चिम):** दुपा. 12 ते 1, (नौदनी एक दिवस अगोदर आवश्यक) **स्थान:** श्री हरीलाल भगवती (NTC) म्यूसिअल जन. हॉस्पिटल डिपा.

ऑप. सायकोलॉजिकल मेडिसीन (OPD 14) SVP रोड बोरीवली (प.) **संपर्क:** केवळ SMS द्वारे मोबा. 9892415803

**रविवार: ● ऐरोली:** प्रातः 8 से 9 **स्थान:** डा. बाबासाहेब आंबेडकर मेमोरियल भवन सेक्टर 15, ऐरोली **संपर्क:** श्री मिलिंद 9892565765, श्री संजय 9833193318, ● **पार्ली गांधी (न्यू मुंबई):** प्रातः 8 से 9, **स्थान:** अंग्रेज टेकनिकल कॉम्प्लेक्स, बालभवन हॉल, सेक्टर 9A वाशी, **संपर्क: कोचेजी,** मोबा. 9833127933, 2) सुधाकर, मोबा. 9969133135 ● **कफरपेड:** सामू. सा.: प्रत्येक रविवारी, सकाळी 8 ते 9 **स्थान:** 83, “सनफ्लोर”, 8 वा माला, प्लेट नं. 3, जी.डी. सोमानी शाळे समोर **संपर्क:** श्री आनंद, मोबा. 8422949108,

**दररोज: ● विकोळी:** सकाळी: 7 ते 8 **स्थान:** रत्नबोधी विहार, कन्नमवार नगर नं. 2, विकोळी (पूर्व), मुंबई-400083. **संपर्क:** 1) श्री सिद्धार्थ, मोबा. 9869125777, 2) श्री हिवराले, मोबा. 98691-25777, ● **ग्रांटेड (पूर्व):** सकाळी: 8 ते 9 दुपारी 2:30 ते 3:30, सायं 6 ते 7 व साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात, सकाळी: 6 ते रात्री 9 पर्यंत, आणि तिकपट्टान प्रवचन शनिवार सकाळी 6 ते 7:50 पर्यंत, पट्टिचसमुदाय सामू. साधना: 3 घंटे, **स्थान:** बी-8, विपश्यना ATM Facility ग्रॉन्टेड (पूर्व) सुपर सिनेमा जवळ, **संपर्क:** 1) हीना, मोबा. 9819219087, 2) नितिन, मोबा. 9820003057. ● **गोरगाव: (प.) (1)** दररोज सकाळी: 6 ते 7, **स्थान:** अतिद्विप्य स्टुडिओ, 1/7 उन्नत नगर 3, शबरी रेस्टॉरंट जवळ, एम. जी. रोड, गोरगाव (प.) **संपर्क:** निशा, 9820213663, 9594413663, 2) (2) ● **दुसऱ्या व चौथ्या रविवारी सकाळी:** 8 ते 9, **स्थान:** श्रावस्ती बुद्ध विहार, मोतीलाल नगर 1, बेस्ट कालोनी मागे, गोरगाव (प) **संपर्क:** राजेश साबळे, मोबा. 9892970706, पल्लवी कदम, मोबा. 8828354077 ● **उंबीवली: (पूर्व)** सकाळी: 8 ते 9 व 4.30 ते 5.30, साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात, सकाळी: 8 ते रात्री 8 पर्यंत, **स्थान:** रंजना कंधारीया क्लिनिक, ग्रांड फ्लोर नविन पूर्णमा दूर्यंन जवळ, जीवनदी नगर हॉस्पिटल समोर, श्राउन्डेवाडी, डोंबिवली (पूर्व) **संपर्क:** श्री सागर मो. 9579367374, ● **बोरीवली (पश्चिम):** दुपारी 2:30 ते 3:30, शनिवार व सार्वजनिक सुट्टी समयी सोडून व रविवारी दुपारी 2 ते 5, **स्थान:** G-1, “B” विंग ग्रांड फ्लोर, गायत्री बिल्डिंग, L. T रोड, बम्बाई नाका, (श्री दामोदर मेडिकल, सिद्धिविनायक आय क्लिनिक), **संपर्क:** श्री बिरजू धर, मोबा. 9821355653, 9820736505, ● **दादर (नायगाव):** साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात, ATM Meditation Facility, **स्थान:** 6A Old BDD चाल V Y दहिवालकर बुआ मार्ग नायगाव दादर (पूर्व), **संपर्क:** श्री अमरजी, मोबा. 9594022016, श्री शशिकांतजी, मोबा. 9867062411,

● **शेष महाराष्ट्र: रविवार: ● वर्धा:** सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** मगन संग्रहालय, वर्धा. **संपर्क:** फोन: (07152) 247261, मोबा. 98906-17235. ● **अमरावती:** सकाळी: 9 ते 10, **स्थान:** रामकृष्ण महाविद्यालय, दारापूर, ता. दार्यापूर, जि. अमरावती. **संपर्क:** 2662179, 2662183. ● **यवतमाळ:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** विश्वशांती बुद्ध विहार, उमरसरा, यवतमाळ **संपर्क:** 1) श्री दोले, मोबा. 94228-65574, 2) डॉ. राजकुमार भगत, मोबा. 94234-32475. ● **कोराडी:** सकाळी: 6 ते 7, मनोरंजन केंद्र क्रमांक 2, कोराडी विद्युत विहार, एम.एस.ई.वी. कॉलनी, कोराडी, नागपूर. ● **पुणे: (1)** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** श्री चांडक, एस-3, रोहन चॅम्बर्स, कोथरुड. फोन: 25439477. 2) सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** श्री चांडक, बालाजी सोसायटी, सेंट एफनाथ नगर, बिबेवाडी, फोन: 24216441. ● **इचतकरंजी:** सकाळी: 6 ते 7. **स्थान:** कबाडे गल्ली, **संपर्क:** श्री सुरेश कबाडे, मोबा. 99751-34345. ● **जयसिंगपूर:** सकाळी: 6 ते 7 **संपर्क:** 1) श्री महावीर पाटील, मोबा. 92258-16642, 2) श्री सुनिल चौगुले, मोबा. 94232-85140. ● **वाणीम:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** श्रीमती तुलसाबाई खडसे, अल्लाडा फॉट, वाशिम, **संपर्क:** फोन: (07252) 232676, ● **नांदेड:** सकाळी: 5:30 ते 6:30 **स्थान:** निसर्गाजली, किशोर नगर. **संपर्क:** मोबा. 9422189318, 9422173202, ● **चंद्रपूर:** सकाळी: 8 ते 9, व दररोज सायं 6 ते 7. **स्थान:** महाप्रधन्या बुद्ध विहार, इंदिरा नगर घुगूस **संपर्क:** मोबा. 9420118220. ● **जळगाव:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** व **संपर्क:** श्री सुरेश भालेदार, राजगिरी प्लॉट नं. 31, गट नं. 165, सावखेडा शिवाय, जळगाव, फोन: 0257-2282821

**रविवार: ● पुणे (तळेगाव):** प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी सकाळी: 9 ते 10. **स्थान:** आनंद भवन, 1175, मंगळवार पेठ, स्टेशन चौक, तळेगाव-दाभाडे. **संपर्क:** 1) श्री शाहू, फोन: (02114) 222316, मोबा. 9822049816. 2) कृ. चौहान, फोन: (02114) 222721, 9822830326.

**शनिवार: ● जळगाव:** सायं 6 ते 7, **स्थान:** नवरंग ट्रेडर्स 104 दाणा बाजार, पोलन पेठ, जळगाव **संपर्क:** मुकेश कुकरेजा, फोन: (0257) 2225208, मोबा. 98234-96960, पौर्णिमा: ● **पुणे:** सायं 6:30 ते 7:30. **संपर्क:** परेश गुजरती, फोन: 25447996. ● **सोलापूर: स्थान:** माने वस्ती, हैतिस रोड, गट नं. 255, रातंजन, ता. बारशी, **संपर्क:** फोन: (020) 24222603.

**दररोज: ● नाशिक:** दुपारी 3 ते 4. **स्थान:** अंबड लिंक रोड, सिडको 422001, **संपर्क:** 1) शैला उघाडे, मोबा. 9890375519, 2) राजश्री शेजवळ, मोबा. 8149629912. ● **अकोला:** सायं 5 ते 6 व 6 ते 7, **संपर्क:** डॉ. सावजी लेडीहार्डीज जवळ, मोबा. 9422861207. 2)

सकाळी: 6 ते 7, **संपर्क:** श्री झुनझुनवाला, मोबा. 9420185766. ● **अहमदनगर:** सायं 6 ते 7, **संपर्क:** फोन: 2340055, 2340067. (संपर्क वेळ सायं 4 ते 7) ● **औरंगाबाद: 1)** सकाळी: 8 ते 9, व सायं. 6 ते 7. **स्थान:** 18 शांती निकेतन कॉलनी, जरीवाला बागला, सनी मंदिरा जवळ, आय.एम.ए. हॉल, **संपर्क:** 883082047, 9422701607, 2) सकाळी: 5 ते 6:30, व सायं 6 ते 7. **स्थान:** तक्षशिला विहार, संजयनगर, **संपर्क:** 1. श्री चोरपडे, संजयनगर मुकुंदवाडी औरंगाबाद-431210, मोबा. 96730-53868. 3) सकाळी: 5 ते 6, व सायं 6 ते 7. **स्थान:** विपश्यना बुद्धविहार, भावसिंग पुरा, **संपर्क:** 1) श्री बनकर, मोबा. 8698726634. 2) मंजुषा दाहद, मोबा. 7798093172, ● **परभणी:** सकाळी: 5 ते 6, **स्थान:** म. फुले कॉलनी, समाज मंदिर. ● **गेवांस:** सकाळी: 6 ते 7. **स्थान:** अपना बाजार **संपर्क:** श्री ग्वालानी, फोन: (07265) 253456. ● **आकोट:** सकाळी: 7 ते 8, सायं 6 ते 7. **स्थान:** सितल व्हिडीओ सेंटर, **संपर्क:** श्री अग्रवाल, मोबा. 99703-60304. ● **बोर्गाव:** सकाळी: सायं 6 ते 7, **संपर्क:** श्रीमती तायडे, फोन: 247917. ● **कोटंबा:** सकाळी: 5:30 ते 6:30, व सायं 6 ते 7. (बाल-शिबिर - दुसऱ्या, तिसऱ्या व चौथ्या रविवारी) **स्थान व संपर्क:** व्यवस्थापक, तथागत विद्यालय, कोटंबा, ता. बाभुळगाव. ● **उमरखेड:** सकाळी: 5 ते 6. व सायं 7 ते 8, **स्थान:** प्रेरणा ध्यान केंद्र, संभाजी नगर, **संपर्क:** 1) श्री. कान्दि, मोबा. 9404827463, 2) श्री. मोसीकर, मोबा. 9420044702. ● **मलगाड:** सकाळी: व सायं 6 ते 7; बाल शिबिर: प्रत्येक दुसऱ्या व चौथ्या रविवारी, **संपर्क:** श्री गांगुडे, फोन: (02591) 224548. ● **जळगाव: 1)** सकाळी: 6 ते 7. व रविवारी सकाळी: 7 ते 9 **स्थान:** श्री एम. एम. शास्त्री, विद्युत नगर, महाबल रोड, जळगाव जवळ, मोबा. 7588436222, 9422972955, 2) सायं 6.30 ते 7.30 **स्थान:** युगांतर पब्लिशर्स 29, शाहू महाराज कॉम्प्लेक्स, मोबा. 9823046754. ● **अहमदपूर:** सकाळी: व सायं 8 ते 9 **स्थान:** श्रीसदन, थोडगा रोड. **संपर्क:** डॉ. एम. एस. चेरकर, मोबा. 94237-76802. ● **अमरावती: (दादीपेडी):** सायं 8 ते 9. **संपर्क:** डॉ. तेलमोरे, मोबा. 98505-28904. ● **चंद्रपूर: (1)** सायं 6 ते 7. **स्थान:** मानवता विहार, नगिनाबाग, **संपर्क:** डॉ. जितेंद्र खोत्रागडे, मोबा. 98225-70435, (2) सायं 6 ते 7. व प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** प्रोफे. वेल्हे निवास नगिनाबाग, मोबा. 7798147648, (3) सायं 6 ते 7. व प्रत्येक रविवारी सकाळी: 6 ते 7, **स्थान:** तथागत विहार जयभिम चौक, बल्लारपूर, **संपर्क:** श्री प्रमोद भोवटे, मोबा. 9370312673.

**अन्य: ● कोल्हापूर:** प्रत्येक शनिवारी व रविवारी, सकाळी: 6 ते 7. **स्थान:** जयहिंद अपार्टमेंट, स्टार बाजारच्या मागे **संपर्क:** एन. ए. पाटील मोबा. 9423856989. ● **सांगली:** प्रत्येक शनिवारी व रविवारी, सकाळी: 6 ते 7. **स्थान:** हेमाताई चौगुले, फोन: (0233) 2304034, 2304521

● **राजस्थान: रविवार: ● भरतपूर:** सायं 6 ते 7. **स्थान:** पंशनार भवन, काली बागेजवळ स्वर्ण जयन्ती नगर (सिंघल नरिंग होंमच्या समोर) भरतपूर. **संपर्क:** 1) श्री ओ. पी. शर्मा, मोबा. 94146-93814. 2) श्री दिनेश चन्द्र गुप्ता, मोबा. 97723-77984. ● **अजमेर:** सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** चाणक्य स्मारक, माकवाली रोड, **संपर्क:** 9828071078, 9549984666. ● **श्रीगंगानगर:** थंडीत सकाळी: 8:30 ते 9:30, व उन्हाळ्यात सकाळी: 7:30 ते 8:30, **स्थान:** सीटी हॉस्पिटल, 45, मॉडेल कॉलनी, जवाहर नगर, **संपर्क:** डॉ. जी. ए. हेर, पुरानी अबाडी, श्रीगंगानगर, फोन: (0154) 2474824, 0-9414093824. ● **अलवर:** सकाळी: 7 ते 8, **स्थान:** दिप बुटीक, 23 SC-2, लाजपत नगर, **संपर्क:** मन्जु गुप्ता, मोबा. 84327-21754,

**अन्य: ● उदयपूर: संपर्क:** हरीश कुमार व्यास, व्यास भवन 2, कर्म शील मार्ग उदयपूर - 313001 (राजस्थान), फोन: (0294) 2431151. ● **जोधपूर:** प्रत्येक शनिवारी सकाळी: 7:30 ते 8:30. **स्थान:** राजस्थान पेंशनर समाज, जरमीन ट्रेजररीच्या मागे, पत्रपोस्ट, जोधपूर **संपर्क:** श्री राम सिंह सोलेकी, फोन: (0291) 2539538.

**दररोज: ● जयपूर:** सकाळी: 6:15 ते 7:15, व सायं 5:15 ते 6:15, **स्थान:** 403, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यानाजवळ, बनी पार्क, **संपर्क:** 94131-57056, 98283-84227.

● **नई दिल्ली: रविवार:** ● सकाळी: 8 ते 9, 1) श्री कैलास अरोरा, 15/2, पंजाबी बाग, एक्स. फोन: 25931857, 2) श्री अरुण कुमार गुप्ता, 79 इंजिनियर्स एन्क्लेव पीतमपूर, फोन: 27012164, ● सकाळी: 9 ते 10, 1) श्री हरी भाई लालवानी, बी-105, सेक्टर-40, नोएडा, मोबा. 98110-71473,

**मंगळवार:** ● सायं 6:30 ते 7:30. **संपर्क:** डॉ. नीना लखानी, 1/18, शान्ति निकेतन. फोन: 24114221, 9868530995.

**बुधवार:** ● सायं 6:30 ते 7:30 **संपर्क:** बी. के. अग्रवाल, बी-124 सेक्टर -26 नोएडा मोबा. 9873561801

**गुरुवार:** ● सायं 6:30 ते 7:30 **संपर्क:** श्री प्रेम चौहान, सी-85, जे. वी. टी. एस. गार्डन छत्रपूर एक्सटेशन, नई दिल्ली-74, फोन: 9350282912.

**शनिवार: ● सकाळी: 9 ते 10 संपर्क:** प्रो. एम. आर. रवि, ब्लॉक- व्ही-401, वैल्यू एड्युकेशन सेंटर, आई. आई. टी. नवी दिल्ली-16, फोन: 26591589, ● सायं: 4:30 ते 5:30 **संपर्क:** फोन: 26819444, 9810026832. ● सकाळी: 8 ते 9 **संपर्क:** 1) श्री मुकेश गुप्ता, BW-18 शालीमार अपार्टमेंट, शालीमार बाग, दिल्ली-89 फोन: 93122-

30290, ● सायं 5 ते 6 श्री नितिन जैन, 2107/1 बवाना रोड, नरला दिल्ली-40 फोन: 65195471, 9871873071. ● सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** 1/4544 बी गली 5/8 राम नगर एक्सटेंड. मंडोली रोड, शाहदा, **संपर्क:** श्री आर. एन. गौतम, मोबा. 01122134872, 09868885344.

**दुररोज:** ● सकाळी: 5 ते 6. व प्रत्येक रविवारी दुपारी 2 ते 4 **संपर्क:** डॉ. कोशल कुमार भारद्वाज, IX 1212 यमुना बन्ध रोड, गांधीनगर दिल्ली-31, फोन: 22082828, 9810061622. ● सकाळी: 7.45 ते 9.45 व सायं 5:00 ते 7:00, **स्थान:** श्री ब्रह्म प्रकाश अग्रवाल, रोड नं. 33, पूर्वी पंजाबी बाग आर्य समाज मंदिर नई दिल्ली-26, फोन: 9213637968, 28313984.

**अन्य:** ● पहिल्या व तिसऱ्या शनिवारी सायं 6 ते 7, भारती पब्लिक स्कूल, स्वास्थ विहार, विकास मार्ग, दिल्ली-92, मोबा. 9810372527. ● दुसऱ्या, चौथ्या व पाचव्या शनिवारी सायं 6:30 ते 7:30, सी-99, आनंद विहार, दिल्ली-92, **संपर्क:** श्री अनुज, मोबा. 22140159.

● **हिमाचल प्रदेश:** ● **पॉटा साहिब:** संपर्क: श्री शर्मा फोन: (01704) 222797. ● **किन्नोर:** संपर्क: श्री नेगी, अनिल कुटीर, PWD विश्राम गृहाजवळ, रिक्कांग पो, जिल्हा- किन्नोर. फोन: 98052-14769 ● **धर्मशाला:** प्रत्येक रविवारी संपर्क: सुश्री फ्रांसीस व कोरी, TCV जवळ राम नगर, धर्मशाळा, फोन: 01892-223078, 223580.

● **जम्मू:** (सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9) **स्थान:** संजीत खजुरिया, खजुरिया मोहल्ला, हाऊस नं. 17, सारखल-पातोली रोड, जम्मू-180005 जम्मू-कश्मीर, **संपर्क:** 1) श्री संजीत खजुरिया मोबा. 094191-80842, 7006656181.

● **हरियाणा: रविवार:** ● **पलवल:** सकाळी: 9 ते 10, **स्थान:** श्री रामजी लाल धारीवाल, 112 आर, न्यू कॉलनी, पलवल-2. फोन: 01275-252, मोबा. 9812760978. ● **तिरुआर:** एप्रिल ते आक्टोबर पर्यंत सकाळी: 8 ते 9, नोव्हेंबर ते मार्च सकाळी: 9 ते 10, **स्थान:** हाऊस नं. 1333, सेक्टर-13, तिसार **संपर्क:** मोबा. 9416399266, 98964-00466, ● **अम्बाला:** सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** 316, प्रेम नगर, अम्बाला शहर, **संपर्क:** श्री. के सासन, मोबा. 094679-47783, ● **गुडगाव:** सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** हाऊस नं. 1261 सेक्टर-4 गुडगाव, **संपर्क:** स्यानेश्वर शारदा, फोन: (0124) 2222826, मोबा. 98115-01621.

**शनिवार:** ● **गुडगाव:** सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** 1) श्री एम. एल. शर्मा, हाऊस नं. 980 सेक्टर-14 गुडगाव फोन: 95124-4080615, ● **करनाट:** सकाळी: 8 ते 9 **संपर्क:** श्री राकेश, हाऊस नं. 1365, सेक्टर-7, मोबा. 9416567899 दुररोज: 1) सकाळी: 4:30 ते 6:30. **स्थान:** श्री चूडा, 5-ए-1, एन आर. फोन: (0129) 329-4012. 2) सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** डॉ. लाल सिंह, जेतवन बुद्ध विहार, त्रिखा कॉलनी, बल्लभगढ फरीदाबाद मोबा: 9871377555.

● **उत्तर प्रदेश: रविवार:** ● **वायाणसी:** (प्रत्येक रविवारी केवळ चौथ्या रविवारी नाही) सायं 5 ते 6; **स्थान:** (कुशास्थली, क्लब रोड, जे. पी. मेहता कॉलेज, कचहरी जवळ, राय गोविंदचंद आवास), **संपर्क:** फोन: (0542) 2382341/44; फॅक्स: 2342285; ● **गाजियाबाद:** 1) पहिला रविवार सोडून प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 8 ते 9, **संपर्क:** फोन: 95120-2721705. 2) सकाळी: 8 ते 9, फोन: 2767785. 3) सकाळी: 7 ते 8. **स्थान:** धम्म प्रकाश चॅरिटेबल ट्रस्ट, महानाम बुद्ध विहार, डी-ब्लॉक, अस्सल इस्ट ऍंड कॉलनी, ट्रान्स्कार्मिटी, लोनी जनपद. फोन: 98991-62707. 4) सायं 6 ते 7. **स्थान:** इंदर गडी गाव, पो. अध्यात्मीक नगर. फोन: (0120) 276-6028. 5) प्रत्येक रविवारी, सकाळी: 7 ते 8:30, **स्थान:** बुद्ध वाटीका सेक्टर-15. **संपर्क:** मोबा. 9911761952. ● **नोएडा:** (1) सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** श्री अलिखचंद्रा, डी-41, सेक्टर 12, फोन: 2542970. 2) दुपारी 4:30 ते सायं. 5:30, **स्थान:** A109, NRI सिटी, ओमेगा II, ग्रॅटर नोएडा ● **मथुरा:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** श्री मदन मोहन गौतम, बी-10 विशाखा निवास शाहकुंज कॉलनी, एनएच-2 जवळ, सोमनाथ मॅरिज धाम समोर, **संपर्क:** मोबा. 09410084380. ● **फतेहपुर:** सकाळी: 8 ते 9 **संपर्क:** व **स्थान:** राजकुमार सिंह चौहान, 19 सादीपुर, फतेहपुर-212601; मोबा. 93691-21280. ● **इलाहाबाद:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** 300 कर्नागंज, आनंद भवनच्या समोर, मोबाइल टावरच्या जवळ, इलाहाबाद: **संपर्क:** 1) श्री गोंयल, मोबा. 9335152841, 2) श्री. गुप्ता, मोबा. 94506-09666. ● **मेरठ:** 1) सकाळी: 7 ते 8. **संपर्क:** श्रीमती अग्रवाल, फोन: 0121-2643235. 2) पहिल्या रविवारी, सकाळी: 7 ते 8, **स्थान:** ध्यान केन्द्र दिल्ली रोड, शंकर काठ्याच्या मागे, **संपर्क:** 09319145240. ● **तखानऊ:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** श्री राजीव यादव 1/35, विपुल खंड, गौतमी नगर अम्बेडकर स्मारकाजवळ जी न्यूज ऑफिस लेन **संपर्क:** मोबा. 9415136560.

**शनिवार:** ● **गाजियाबाद:** सकाळी: 8 ते 9 श्री यशवंत सिंह, जे-28, गोविंद पुरम, गाजियाबाद, फोन: 95120-2767785. ● **नोएडा:** सकाळी: 9 ते 10. **स्थान:** प्राक्रिती, एफ-72-ए, सेक्टर-22. **संपर्क:** कु. भारती, मोबा. 098103-72527.

**दुररोज:** ● **मेरठ:** 1) सकाळी: 6:30 ते 7:30. **संपर्क:** डॉ. सुरेश किन, फोन: 09358717472. 2) सकाळी: 5 ते 6 व सायं 7 ते 8 **संपर्क:** सुशील धौलानी, मोबा. 9412709993. 3) सायं 6 ते 7 **संपर्क:** श्री रामकुवर

गुप्ता, फोन: 9319145240. ● **गाजियाबाद:** सकाळी: 5 ते 6, व सायं 6 ते 7 व प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9:30 ते 10:30, श्री डी. एस. वालिया, ए-6, प्लॅट नं. 13, रत्न विहार, इन्दापुरम, गाजियाबाद, फोन: 0120-2902659, मोबा. 9868977660. ● **आगरा:** सकाळी: 9 ते 10 व प्रत्येक रविवारी 9 ते 11 **स्थान:** आगरा कॉलेज "स्टाफ क्लब भवन" **संपर्क:** डॉ. मिश्रा, मोबा. 9634167467.

**अन्य:** ● **अलीगढ:** सायं 6 ते 7 **स्थान:** एम. आय. जी-31 स्वर्ण जयंती नगर, ए.डी.ए. राम घाट रोड, अलीगढ **संपर्क:** 1) भीष्म सीध मोबा. 09319578268, 2) हरी ओम शरन, (0571) 2740220

● **उत्तरांचल:** रविवार: ● **नानकमता:** सकाळी: 6 ते 7, **संपर्क:** श्री रिवैत, फोन: 251570 ● **खटिया:** दुपारी 2:30 ते 3:30. **संपर्क:** श्री रामायण, मेलाघाट. ● **नैनीताल:** सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** श्री दधिचि, फोन: (05942) 236286. ● **टनकपुर:** 1) सकाळी: 4:30 ते 6:30. **संपर्क:** श्री विष्ट, मोबा. 9897736727. 2) सकाळी: 7 ते 12 श्री जगदीश मुरारी मुरारी वाटीका मोबा. 9897736727. शुक्रवार: सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** श्री मुरारी, मुरारी सदन, टनकपुर.

**दुररोज:** ● **टनकपुर:** 1) सकाळी: 8 ते 9. **संपर्क:** 1) श्री बलबीर चंद्र सैलानी गो. 2) श्री बंद्रीदत्त पंत आमबाग.

● **गुजरात: रविवार:** ● **भवाळ:** सकाळी: 7 ते 8, **स्थान:** कन्या स्कूल, महाराणा प्रताप गेट जवळ, **संपर्क:** जेसूखभाई, मोबा. 9879232894, ● **मुन्दा:** प्रातः 8:30 से 9:30, **स्थान:** कुदरती उपचार केंद्र, गुंडाल रोड, मुन्दा **संपर्क:** 9574217206. ● **नवखाना:** सकाळी: 10:30 ते 11:30, **स्थान:** सुविधानुसार, अधिक माहितीसाठी संपर्क: 9925063368, 9428684622. ● **राजकोट:** (1) सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** भाभा कृपा, गीतगुजरी सोसायटी, एअरपोर्ट रोड, राजकोट **संपर्क:** मेहता, मोबा. 9426230331, 9429315888, ● **अहमदाबाद:** (1) सकाळी: 8 ते 9 व दुररोज सायं 6 ते 7, **स्थान:** 3, मौलिक अपार्टमेंट, एल. जी. कॉर्नर, पृथ्वी हॉटेल जवळ, मणि नगर, अहमदाबाद, **संपर्क:** श्री शाह, 9879947208, श्री पटेल, 9376577880. (2) सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** 17, बी. आर. पार्क CIMS हॉस्पिटल रोड, सोला, अहमदाबाद **संपर्क:** केतन पटेल, 9825651476, रत्नी पटेल, 9974343395. ● **विसनगर:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** गोविंद चकला, पटेल वाडीजवळ विसनगर, **संपर्क:** अशोक गर्गा, 9824077301. ● **गांधीनगर:** सकाळी: 9:30 ते 10:30, **स्थान:** 510 अश्वर फिटनेस एण्ड स्पोर्ट्स क्लब, पाल्य रोड, कुडसन, गांधीनगर: **संपर्क:** श्री राठोड 9824419959. ● **मोडारा:** सायं. 5 ते 6 व (1 घंटा सामू सा. 1 घंटा प्रवचन) दूर रोज 6 ते 7 **स्थान:** धम्म अरवली विपश्यना केंद्र, गोंव साकरीया, ता. मोडासा जि. अरवली, **संपर्क:** जयराम सोनी, 9825420827, गायली लिवेदी: 9427528205, प्रवेश लिवेदी: 9426338105. ● **आनंद:** सकाळी: 9 ते 10 **स्थान:** धीर विला, विवेकानंद कॉलनी, नेहरू गार्डन जवळ, आनंद **संपर्क:** निमाबेन, 9924812585, उमाबेन, 8128712585. ● **बड़ोदा:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** धम्म वट्टेव, नमिसर, सावली रोड बड़ोदा **संपर्क:** श्री घुटे, 8238065787, ● **नवसारी:** सकाळी 8 ते 9, **स्थान:** तिसरा माळा, नायक अवेन्यु, शेठ आर.जे.जे. हाईस्कूल जवळ, नवसारी, **संपर्क:** संजय वर्मा, 9925965000.

**शनिवारी:** ● **बड़ोदा:** (1) सायं. 6:30 ते 7:30, **स्थान:** किट्टी पारलर (क्लिनिक), 3 वामा वीला, निझामपूर, **संपर्क:** कु. किट्टी, 9824016492, सायं. 6 ते 7, **स्थान:** जी. बालसुब्रमनियॉ, 101, नंदवरे, डी-9 हरी हरिजेन 1, हरी नगर चार रस्ता, **संपर्क:** 9815655937,

**दुररोज:** ● **अन्जार:** सकाळी: 8:30 ते 9:30, व सायं. 6:30 ते 7:30, **स्थान:** विंडसन & कंपनी, रावेचि स्टेशनारी जवळ, **संपर्क:** श्री राठोड, मोबा. 9825590639, श्री सोरविषा, मोबा. 9265621922, ● **माधापर:** सकाळी: 7:30 ते 8:30, **स्थान:** श्री हरी क्लासेस, भद्रक सोसा. जूनावासा माधापर, **संपर्क:** 6353897811, ● **मांडवी:** सकाळी: 5:30 ते 6:30, **स्थान:** रोहित सावला, 26 पारमी, मारुति नगर, मांडवी रुल, गुज. **संपर्क:** श्री सावला, 9624453009, ● **कोडय:** प्रातः 5:30 से 6:30, तथा रात्रि 8 से 9, **स्थान:** आराधना हॉल, जैन ऑफिस जवळ, कोडय, **संपर्क:** 9825677854. ● **राजकोट:** सकाळी: 7 ते 8. **स्थान:** सरदार नगर सोसायटी, शेरी नं. 3, मांडवी रोड राजकोट, **संपर्क:** श्री छगनभाई, 9737702422, श्री चडौया, 9824837113. (2) सकाळी: 7 ते 8 व दुपारी 3:30 ते 4:30, **स्थान:** गुरुहम्म, नेहरू नगर को-ऑपरेटिव्ह हौसिंग सोसायटी, नाना मेवा मेन रोड, राजकोट **संपर्क:** भारतीबेन वेकरिया, 9909034342.

**इतर:** ● **रायूर:** सोमवार ते शनिवार सायं. 7 ते 8, **स्थान:** गोखाम्नी हॉस्पिटल रायूर सलरी नाका, **संपर्क:** देवेन्द्र गोखाम्नी, मोबा. 9824897251. ● **भुज:** प्रत्येक शुक्रवारी सकाळी: 7 ते 8 **स्थान:** ओढावरम सर्जिकल हॉस्पिटल मिर्जापूर बाह्यैस रोड भुज कच्छ **संपर्क:** 9427252821, (2) प्रत्येक शनिवारी सायं. 7 ते 8, **स्थान:** धरती नो छेडो, सनगलास जवळ, भावेधर नगर, स्टेशन रोड भुज, **संपर्क:** 75675 69502. ● **थराड:** दुसऱ्या, तिसऱ्या, चौथ्या, पाचव्या रविवारी, सकाळी: 9 ते 10, **स्थान:** गायली नगर, मालुपुर रोड, थराड **संपर्क:** श्री पांडे, 9925178749, ● **राजकोट:** (1) सोमवार ते शनिवार सकाळी: 7:30 ते 8:30 व सायं. 6:30 ते 7:30, **स्थान:** विभाकर निवास, भक्ति नगर (सर्कल जवळ, धरेश्वर मंदिराच्या मागे, **संपर्क:** श्री सपरिया, मोबा. 9427214731. (2) सोमवार ते शनिवार सकाळी: 7:30 ते 8:30 व सोमवार ते शुक्रवार दुपारी 3:30 ते 4:30, **स्थान:** सिटी डेंटल हॉस्पिटल वीरानी चौकाजवळ, राजकोट **संपर्क:** डा. रसिमबेन, 982567374, डा. सुश्रीभाई पटेल, 9824215177, ● **मेहसाना:**

मंगलवार सकाळी: 6 ते 7, **स्थान:** 5, राजनगर सोसायटी, जेल समोर, मेहसाना **संपर्क:** डा. चंदोर, 9426053292, ● **मोडारा:** शुक्रवार सकाळी: 8:30 ते 9:30, **स्थान:** 12, कृष्ण कुंज सोसायटी आईटीआई मालुपुर रोड जवळ, मोडारा **संपर्क:** डा. रागिनी जैन, 9427038988, ● **बड़ोदा:** सोमवार ते शुक्रवार सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** सरस्वती विद्यामंदिर, रामदेव नगर जवळ, नया व्ही. आय.पी. रोड, बड़ोदा, **संपर्क:** श्री गजेन्द्र कुशवाहा, 9427899030, स्वीटी कुशवाहा, 9727932490, ● **अंकलेश्वर:** सोमवार ते बुधवार व शुक्रवार रात्री 8:30 ते 9:30, **स्थान:** आरएमपीएस फ्लाईंग किड्स प्रे स्कूल-प्लॉट नं. 3066/1, गोल्डन चौकडी के पास, **संपर्क:** पूर्णिमा शाह, 9712966322, बजरंगभाई, 6352211461.

● **छत्तीसगढ: रविवार:** ● **रायपूर:** (1) सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** मितल कॉम्प्लेक्स, तेलधनी नाका, रायपूर; **संपर्क:** श्री गुप्ता, मोबा. 94252-05310. (2) प्रत्येक शनिवारी सायं 6 ते 7 **स्थान:** दिनदयाल उपाध्याय नगर, **संपर्क:** अनिरुद्ध कोचे, मोबा. 98263-88308. ● **राजनांदगाव:** सकाळी: 7 ते 8, **संपर्क:** श्री श्रीवास्तव, फोन: 222128

**दुररोज:** ● **दुर्ग:** 1) सकाळी: 6 ते 7, **संपर्क:** श्री डोंगरे, फोन: 2321024. ● **रायपूर:** सकाळी: 8 ते 9, **स्थान:** विवेकानंद नगर, रायपूर; **संपर्क:** श्री सतीसाहू, मोबा. 99774-56111.

● **मध्यप्रदेश: दुररोज:** ● **शिवपुरी:** सकाळी: 4:30 ते 5:30; सायं 6 ते 7. व प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8:00 ते 9:00. व # मुलांसाठी आनापान सामू, साधना: प्रत्येक रविवारी 9:15 ते 9:30. **संपर्क:** नीरजा वर्मा 6 शिवा नगर, शिवपुरी. फोन: 07492 221711, 094254-89336. ● **खंडवा:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** 47, आझाद नगर, प्रमोद जैन, मोबा. 94250-85084. ● **जबलपूर:** (1) सकाळी: 9 ते 10, **संपर्क:** श्री राजेंद्र दुबे, मो. 9827818382. 2) व वेगवेगळ्या ठिकाणी, **संपर्क:** श्री महेश, मो.-99815-98352, ● **ग्वाल्हेर:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** बुद्धविहार पंचशील नगर, मेला ग्राऊण्डच्या मागे. **संपर्क:** श्री आर. ए. मितल, मोबा. 942576194, 2) श्री डी. आर. गौतम, मोबा. 94256-19935, ● **उज्जैन:** सकाळी: 8 ते 9 व रविवारी सकाळी: 8 ते 10 **स्थान:** 14, गोवर्धन धाम नगर, इन्दौर रोड, उज्जैन-456001, **संपर्क:** 1) श्री एल अडवाणी, मोबा. 98267-00116, 2) श्री एन. धनवानी मोबा. 98270-99199,

**रविवार:** ● **रीवा:** सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** डॉ. सी. के शर्मा, फोन: (07662) 242982. मोबा. 94243-38249. ● **कटनी:** सकाळी: 8 ते 9; **संपर्क:** 9713700335, 9575980306. ● **जबलपूर:** सकाळी: 9 ते 10. **स्थान:** विमल मेटेनरी होम डॉ. अलका अग्रवाल निवास अधारताल, **संपर्क:** 1) डॉ. अनिल अग्रवाल मोबा. 094251-53256, 2) सौरभ श्रीवास्तव, मोबा. 093010-67494. ● **इंदौर:** सकाळी: 8 ते 9 **स्थान:** अल्पलाईन स्कूल, अन्नपूर्णा रोड. **संपर्क:** श्री अरुण गो. गोखले, मोबा. 9909801489; ● **गुना:** सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9. **स्थान:** स्वनिवास. श्री राजकुमार रघुवंशी, मोबा. 9425131103,

● **दक्षिण भारत: रविवार:** ● **हैदराबाद:** सकाळी: 7 ते 8; **संपर्क:** श्री एम श्रीधर, फोन: (का) (040) 24066090, 24069921, मोबा. 98480-17779. ● **बैंगलोर:** प्रत्येक रविवारी 1) सकाळी: 8:30 ते 9:30 **स्थान:** जननगर 4th ब्लॉक बैंगलोर-11, **संपर्क:** (केवळ शनिवारी व रविवारी सकाळी: 9 ते सायं 6 पर्यंत) राजेश्वरी, मोबा. 9886775401. 2) सकाळी: 9 ते 10 **स्थान:** सारजापुर रोड, बैंगलोर-560102. **संपर्क:** 1. श्री निर्मला बोधरा, मोबा. 9341222999, 2. स्वाती, मोबा. 93426-75811. 3) सकाळी: 8:30 ते 9:30, **स्थान:** मल्लेश्वरम-560003, **संपर्क:** श्री दिनेश कुमार, मोबा. 99452-38441. 4) पहिल्या रविवारी सकाळी: 9:30 ते 10:30, **स्थान:** व्हाईट फिल्ड बैंगलोर-560066. **संपर्क:** श्रीमती वल्लरी/राजेश, मोबा. 97403-22447. ● **उडीपी:** (मैंगलोर) सायं 5 ते 6, **संपर्क:** श्री पांडे, "वासुदेव", डोअर नं. 6-15-585/3, गुरुद्वार लेन, मन्नागुआ, फोन: 2458025. ● **कालीकट:** प्रत्येक तिसऱ्या रविवारी **संपर्क:** 1) हरी शंकर बाबू, फोन: (0495) 2703610 (नि.), 2330364 (आ.) 2) फ्रांसीस वर्दन, फोन: 94474-77388 ● **पांडिचेरी:** सकाळी: 7 ते 8 **स्थान:** ए.पि.2, राजेंद्र अपार्टमेंट, हैद्राबाद बँकेजवळ, फीट रोड, न्यु सरम, पांडिचेरी **संपर्क:** श्री. बालचंदेर, मोबा. 9443434804,

**शनिवार:** ● **बैंगलोर:** प्रत्येक शनिवारी सायं 6 ते 7. **स्थान:** विजयनगर, बैंगलोर-40, **संपर्क:** 1. श्री तुकाराम, मोबा. 94815-84101, 2. पवन कुमार, मोबा. 77607-52220.

● **पूर्व भारत: रविवार:** ● **अगरतला:** सकाळी: 8 ते 9 व दुररोज सायं 7 ते 8. **संपर्क:** श्री चाकमा, खकयंग अगरतला-5. मोबा. 094364-58204. ● **गुवाहाटी:** सकाळी: 8 ते 9 तसेच सायं 5 ते 6. **संपर्क:** मोबा. 91 9954711343, 9435553065. ● **दार्जिलिंग:** दुपारी 2:30 ते 3:30, **संपर्क:** 1) श्रीमती कामिनी बन्जन, मोबा. 09434171873, **स्थान:** हिमालया बुधित सोसायटी, गोम्बा, रेल्वे स्टेशनजवळ, ● **कालिम्पोड:** दुपारी 2:30 ते 3:30, **संपर्क:** 1) श्री रूपदल तामाड, मोबा. 09679605413, 2) श्री वाङ्गडी शेर्पा, मोबा. 09800139918, **स्थान:** धर्मोदय स्कूल, लल्लू रोडजवळ.

**अन्य:** ● **कोतकाता:** प्रत्येक शनिवारी व रविवारी सकाळी: 8 ते **स्थान:** वुडलॅंड हाय, दहावा मजला, 8/1/1, अलीपोरे रोड, कोलकाता, **संपर्क:** 9831018700, 9831818700