



विपश्यना

साधकों का मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, मार्गशीर्ष पूर्णिमा (ऑनलाइन), 19 दिसंबर, 2021, वर्ष 51, अंक 6
E-NEWS LETTER वार्षिक शुल्क रु. ३०/- आजीवन शुल्क रु. ५००/-

धम्मवाणी

निधीनंव पवत्तारं, यं पस्से वज्जदस्सिनं।
निग्गह्वादिं मेधाविं, तादिसं पण्डितं भजे।
तादिसं भजमानस्स, सेय्यो होति न पापियो ॥

— धम्मपदपाळि 76, पण्डितवग्गो

जो व्यक्ति अपना दोष दिखाने वाले को (भूमि में छिपी) संपदा दिखाने वाले की तरह समझे, जो संयम की बात करने वाले मेधावी पंडित की संगति करे, उस व्यक्ति का मंगल ही होता है, अमंगल नहीं।

जिनका उपकार न भूल सकूं



पूज्य गुरुजी के एक लेख के कुछ अंश

यह लेख मई 2008 में विपश्यना पत्रिका में प्रकाशित हुआ था, जिसमें पूज्य गुरुजी ने अपने परिवार तथा अन्य लोगों के प्रति जो कृतज्ञता व्यक्त की थी, उसका कुछ अंश यहां साधकों

की जानकारी और प्रेरणा के लिए पुनः प्रकाशित कर रहे हैं। यह अपने आप में एक उदाहरण है कि कोई धर्म-पूर्ण एवं संयुक्त परिवार किस प्रकार धर्म-प्रसारण के कार्य में सहयोगी बन कर पूरे विश्व के कल्याण का कारण बन सकता है।

— (संपादक)

जिनका उपकार न भूल सकूं

सबसे बड़ा उपकार मेरे धर्मप्रेमी माता-पिता और धर्मपूर्ण परिवार का, जहां मैं जन्मा और पला। उपकार प्रारंभिक पाठशाला के गुरु पं. कल्याणदत्त दुबे और मास्टरजी मदनमोहन शर्मा का। सही अध्यात्म के क्षेत्र में नया जन्म देने वाले गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन का...

जीवन

के संध्याकाल

में 85वें वर्ष में प्रवेश

करता हुआ, जिन-जिन

का उपकार मानूं, उन-उन

की नामावली बहुत लंबी है।

उनके उपकारों का विवरण भी

इस छोटे से लेख में सम्मिलित

करना असंभव होगा। इसके

लिए यदि समय मिला और अपनी

अध्यात्म मार्ग की यात्रा पर कभी

कोई पुस्तक लिख सका तो भले उनके

प्रति थोड़ा-बहुत न्याय कर सकें। अब

इस नामावली में जिनके नाम नहीं आ

सके, वे अन्यथा न मानें। समय और स्थान की

सीमा को समझ कर मन में मैत्री जगाएं।

सबसे बड़ा उपकार मेरे धर्मप्रेमी माता-पिता और धर्मपूर्ण परिवार का, जहां मैं जन्मा और पला। उपकार प्रारंभिक पाठशाला के गुरु पं. कल्याणदत्त दुबे और मास्टरजी मदनमोहन शर्मा का। सही अध्यात्म के क्षेत्र में नया जन्म देने वाले गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन, धर्ममाता डो म्या त्वीं और धर्मक्षेत्र के साथी सहायक धर्मबंधु प्रो. ऊ को ले, ऊ बा फो, ऊ टि यिन, सहयोगी साहित्यकार ऊ पारगू का।

परिवार के अन्य सदस्यों में पहला नाम सहोदर अग्रज बालकृष्ण का आता है, जिससे विपश्यना सिखाने के प्रारंभिक समय से ही अनूठी सहायता मिली। भारत में सद्गुरु के प्रसारार्थ काम करते हुए देखा कि अपने नौकरी-पेशे या व्यापार-धंधे को छोड़ कर भारत आए बर्मा के अनेक विस्थापित शरणार्थियों का उनके भारतवासी भाई-बंधुओं ने, यहां तक कि एक प्रसंग में सगे पुत्र ने भी धोखा दिया और पिता की दर्दनाक दुर्गति की। जबकि दूसरी ओर यहां आकर मैं हमारे भारत के संयुक्त पारिवारिक उद्योग-धंधे में एक दिन भी सेवा देने नहीं बैठा। तिस पर भी मेरे आने के आठ वर्ष बाद जब भाइयों का बँटवारा हुआ, तब मेरे दयालु अग्रज ने मुझे अपने बराबर का हिस्सा दिया। इतने दिनों तक मेरी सारी आवश्यकताओं की पूर्ति की। जिस दिन से विपश्यना के शिविर लगने लगे और लगातार यात्रा में व्यस्त रहने लगा, तब से मुझे यात्रा और भोजन-खर्च और शिविरों में दान देने के लिए भी आवश्यक धन देता ही रहा। आते ही अपनी आफिस में नवनियुक्त हिंदी आशु-टंकक (स्टेनो-टाइपिस्ट) रामप्रताप यादव को दिन-रात मेरी सेवा में लगा दिया, जो कि आज तक एक श्रद्धालु सहायक के रूप में मेरे साथ लगा हुआ है।

आरंभ में भाई बालकृष्ण अध्यात्म के भिन्न पथ का पथिक होने पर भी, विपश्यना के प्रसार में मुझे उपरोक्त सहयोग देता रहा। अब तो पूर्ण आचार्य के रूप में संपूर्ण दक्षिण भारत में विपश्यना केंद्रों के संचालन का उत्तरदायित्व निभा रहा है।

धर्मसेवा के काम में मेरे पुत्रों का भी उतना ही सहयोग रहा। संयुक्त परिवार के काम-धंधे से मेरे हिस्से में आये सारे व्यापार-उद्योग, रुपये-पैसे मैंने उनके हवाले कर दिये। उन्हें प्राप्त हुए व्यापार-धंधे में एक दिन भी मैं उनके साथ नहीं बैठा। मेरी यात्राएं तथा शिविरों में लगे रहने के अन्य आवश्यक खर्च वे उठाते रहे हैं। मेरे स्वास्थ्य तथा अन्य सभी आवश्यकताओं की पूरी देखभाल करते रहे हैं। मुझे उसी अकिंचन अनासक्तभाव से धर्मसेवा करते रहने की सुविधा मिलती रही है।

मेरा अग्रज यदि मुझे आदेश देता कि पारिवारिक काम-धंधे में भागीदार होने के कारण मुझे उसमें हाथ बँटाना होगा तब भारत में विपश्यना के पुनर्जागरण और प्रसारण का पुनीत कार्य मैं कैसे कर पाता? इसी प्रकार पारिवारिक बँटवारे के समय मेरे किसी पुत्र को व्यापार-उद्योग का यथेष्ट अनुभव नहीं था। यदि वे आग्रह करते कि मैं अपने वर्षों के अनुभव का उन्हें लाभ पहुँचाऊँ। उन्हें यथोचित प्रशिक्षण दूँ और इसके लिए उनके साथ काम-धंधे में लग जाऊँ और मैं उनकी नितांत अनुभवहीनता को जानते-समझते हुए, उनके साथ धंधे में लग जाता तब विश्व में विपश्यना फैलाने का काम कैसे कर पाता? लाखों लोगों को दुःख-विमोचनी विद्या कैसे दे पाता? अनुभवहीन रहने के कारण उन्हें प्रारंभिक व्यापार में कुछ मार पड़ी। परंतु उन्होंने फिर भी मुझे इस जंजाल से मुक्त रखा। मैं नितांत अनासक्तभाव से अपनी लोकसेवा की जिम्मेदारी में शत-प्रतिशत लगा रहा। अब वे प्रौढ़ हो चले हैं। उनकी संतान, यानी, मेरे पौत्र उनके साथ काम में लग गये हैं। उनका भी व्यापारिक जिम्मेदारियों से पूर्णतया मुक्त होने का समय आ रहा है। प्रकाशन, सीडी, डीवीडी आदि का जो काम अनुज राधेश्याम देखता था उसे अब पुत्र श्रीप्रकाश देखने लगा है। इसी प्रकार यदि अन्य कोई धर्म प्रसारण के किसी क्षेत्र में निस्स्वार्थभाव से सेवा करते हुए पुण्य कमाना चाहे तब मैं उसे क्यों रोकूँ, कैसे रोकूँ?

परिवार की बात करूँ तो जीवनसंगिनी को कैसे भूलूँ? उसके बिना अब तक की लंबी धर्मयात्रा कैसे पूरी होती? कैसे सफल होती?..

विश्व भर के सभी सहयोगियों के प्रति असीम मंगल मैत्री।..

सभी सहयोगियों और साधकों की पुण्य पारमिताएं पुष्ट होती जायँ। सब का मंगल हो! सब का कल्याण हो! सब के प्रति असीम मंगल मैत्री!

मंगल मिल,

सत्यनारायण गोयन्का

(मई 2008 की हिंदी 'विपश्यना' पत्रिका से साभार)

00000000000000000000



पूज्य माताजी श्रीमती इलायचीदेवी गोनका
(18 जनवरी 1929—5 जनवरी 2016)

पूज्य गुरुजी द्वारा पूज्य माताजी को लिखा गया निम्न पत्र, पूज्य माताजी की पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में श्रद्धांजलि स्वरूप प्रकाशित कर रहे हैं। (सं.)

धर्म-चेतना जाग्रत रहे

पंचायतवाडी, बम्बई,

28-12-1969

देवी इलायची,

तुम्हारा 10 दिसम्बर का पत्र मद्रास रहते ही प्राप्त हो चुका था। सचमुच जहां-जहां साधना का शिविर लगता है वहां-वहां कई भाई बहनों को धर्मलाभ होता है और इस पुण्य का फल तुम्हें भी मिलता ही है।

मुझे यह जानकर बहुत सुख और संतोष हुआ कि तुम रोज आश्रम जाती हो और घर पर रोज नित्य नियम से बैठती हो। तुम्हारी साधना अच्छी होती है यह अति संतोष की बात है। नहीं, तुम मुझसे कत्तई दूर नहीं हो। जब भी साधना में बैठोगी और भीतर का चैतन्य जाग्रत होगा तो तुम मुझे अपने पास ही पाओगी।

तुमने बहुत ठीक लिखा है, सचमुच तुम्हारे पास बहुत कीमती धर्म रत्न है। यह ऐसा अनमोल रत्न है जो किसी बहुत बड़े भाग्यवान को ही प्राप्त होता है। इसी धर्मरत्न के बल पर ऐसे संकट के समय भी तुम्हारा मन प्रसन्न रहता है। तुम्हें खुशी ही नजर आती है। मन पर उदासी और मायूसी नहीं छाती—यह तुम्हारा सौभाग्य ही तो है। जब कभी मन में उदासी आये तो इसी प्रकार साधना के सहारे उसे निकाल देना चाहिए और मन

प्रसन्न रखना चाहिए। चित्त पर पड़े हुए दुःख के संस्कार अपने लिए ही अधिक दुःख पैदा करने का कारण बनते हैं। इस समय जो संकट है उसे अपने पूर्व कर्मों का प्रतिफल मानकर मुस्कराते हुए धर्म-बुद्धि से सहन करना चाहिए। चित्त पर नए संस्कार बनने नहीं पायें, इस बात के लिए सावधान रहना चाहिए। इस धर्म साधना के द्वारा पुराने संस्कारों के फल क्षीण होंगे और नए संस्कार बनेंगे नहीं तो भविष्य प्रकाशमय ही होगा। तुम्हारे भीतर की धर्म चेतना सदा जागती रहे—यही आशीर्वाद है। संकट के दिन साधना के बल पर ही क्षीण होते जायेंगे और इनका दुःखमय प्रभाव कम होते चले जायगा।...

तुम्हारा जीवन साथी,
सत्य नारायण गोनका

ऐसी धर्मविहारिणी माताजी के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि तभी होगी जब हम भी धर्मपथ पर समतापूर्वक चल कर अपना कल्याण साध सकेंगे। ('मेत्ताविहारिणी माताजी' पुस्तक से साभार)

00000000000000000000

बाबू भैया को लिखे गये पत्रांश—क्रमशः

[भारत के शिविरों के बारे में सयाजी ऊ बा खिन को अवगत कराने हेतु पूज्य गुरुजी द्वारा बाबू भैया (बड़े भाई श्री बाबूलाल) को लगभग पांच दशक पूर्व लिखे गये इस पत्र से स्पष्ट है कि पूज्य गुरुजी ने उन दिनों के असुविधापूर्ण छोटे-बड़े सभी शिविरों को कितनी समता से संचालन किया और अपने धर्म बल एवं प्रज्ञा बल से लोगों को धर्मपथ पर आगे बढ़ाया।

— संपादक]

पड़ाव: बाराचकिया,

14 मार्च, 1970

बाबू भैया, सादर वंदे!

तुम्हारा 4 मार्च का लंबा पत्र बहुत ही शीघ्र दिल्ली में प्राप्त हो गया था।...

मां सयामा का जन्म दिवस 26 मार्च को और पूज्य गुरुदेव का 2 अप्रैल (बरमी कैलेंडर के अनुसार) को है, यह जानकर मन बड़ा प्रसन्न हुआ। यहां के बाद 26 मार्च से ही कलकत्ता का शिविर आरंभ करना चाहता था। इस प्रकार इनके जन्म दिवस का यह पूरा सप्ताह इस शिविर काल में ही आ जाता। 10-15 साधक भी बाहर-बाहर से ही हो जाते। परंतु पूर्व व्यवस्थापक के घर में शादी होने के कारण किसी अन्य की व्यवस्था पर विश्वास नहीं है। मैं स्वयं तो यही चाहता हूँ कि मां सयामा के जन्मदिवस से लेकर पूज्य गुरुदेव के जन्मदिवस तक का समय किसी शिविर संचालन में ही बीते। यदि किसी कारण से ऐसा न हो सका तो मैं यह एक सप्ताह अन्य किसी काम में न बिताकर राजगीर अथवा बोधगया में जन कोलाहल से दूर रहकर 7 दिन की स्वयं साधना ही करूंगा।

यहां का शिविर परसों रात से आरंभ कर दिया। चीनी मिल के व्यवस्थापक का यह बंगला अत्यंत नीरव, शांत और स्वच्छ है। चारों ओर सुंदर हरियाली है। खेतों के बीच बसा हुआ है। बिजली पानी और प्लैश बाथरूम की सारी सुविधाएं उपलब्ध हैं। भली-भांति फर्निशड है। नौकर-चाकरों का बाहुल्य है। शिविर तो लगना ही था इसलिए स्वीकृति दे दी। और शायद अच्छे के लिए ही दी। वातावरण में धर्म धातु का संचार होने लगा है। यहां अधिक से अधिक 20 व्यक्तियों के सम्मिलित होने की संभावना थी परंतु बुधवार की शाम को यहां पहुंचते ही मंदिर में एक प्रवचन का आयोजन किया गया जिसके कारण लोगों में बहुत बड़ी प्रेरणा जागृत हुई। अतः समय पर 46-47 लोग शिविर में सम्मिलित हो गए। कुछ और लोगों का भी आग्रह बना रहा परंतु व्यवस्था की सहूलियत को ध्यान में रखते हुए बाकियों को मना करना पड़ा। पता नहीं इतने बड़े धर्म परिषद को किस प्रकार निभा पाऊंगा। इनके साथ पूरा न्याय कर पाऊंगा भी या नहीं। इस शिविर में एक भिक्षुणी सहित चार लोग प्रतापगढ़ से आए हैं। दो भिक्षु इटावा से आए हैं। तीन गृहस्थ समीप के एक नगर मझौलिया से आए हैं। 7 लोग रक्सौल से आए हैं। शेष नरकटियागंज और यहीं के हैं। जो लोग मझौलिया से आए हैं वे शाह श्री चंपालाल जी सरावगी के मित्र व संबंधी हैं और उन्हीं के आग्रह पर आए हैं। उनमें से एक श्री शिव शंकर कनोडिया का केस अत्यंत चिंतनीय है। उनके दाहिने अंग में पूरी तरह पक्षाघात तो नहीं है परंतु फिर भी कुछ ऐसी स्नायुजन्य दुर्बलता है जिसके कारण दाहिने हाथ और पांव में लगभग निरंतर प्रकंपन होता रहता है। पूज्य गुरुदेव और मां सयामा की मैत्री भावना ही इस व्यक्ति का भले कल्याण कर सके। शेष सभी लोग ठीक-ठीक हैं।

आपका अनुज,
सत्य नारायण गोयन्का

000000000000000000000000000000

इथियोपिया में ‘धम्म भवन’

इथियोपिया में 2008 से विपश्यना की शुरुआत हो गई थी। 2018 तक किसी गिरिजा-घर में साल में एक या दो शिविर आयोजित किए जाते रहे। परंतु जब यह मुश्किल हो गया तब हम सब ने मिल कर एक स्थायी जगह की तलाश करने का फैसला किया। हमने आस-पास के सभी शहरों के अतिरिक्त अनगिनत जगहों को देखा। उनमें से अधिकांश किसानों की संपत्ति थी और उनकी बिक्री अवैध थी। फिर लगभग दो वर्ष पूर्व हमें एक उपयुक्त स्थान मिला परंतु उस पर काम करने के लिए हमारे पास पैसे नहीं थे और रवांडा में धर्म का काम रुक गया था। इसलिए वहां पर केंद्र के लिए खरीदी गई जमीन बेचने का निर्णय किया गया। उससे प्राप्त पैसा वहां के दानदाताओं ने इथियोपिया को हस्तांतरित करने का फैसला किया (वे हमारे पुण्य में भागीदार हों)। परंतु दुर्भाग्य से वह पैसा भी पर्याप्त नहीं था अतः जमीन किसी और को बेच दी गई।

तत्पश्चात्, इस पैसे से हम एक “धम्म भवन” किराए पर लेने के लिए अथक प्रयास करने लगे। चुनौतियां बहुत बड़ी थीं फिर भी अंत में सफलता मिल ही गयी। इस खोज के दौरान वर्तमान स्थान हमें अप्रत्याशित रूप से मिला। यह जगह हमारी सोच से परे थी। यह स्थान बहुत शांत और अड़ोस-पड़ोस में ही है। परंतु इसका उपयोग अभी तक नहीं किया गया था। यह चार मंजिला इमारत है। प्रत्येक मंजिल पर गर्म-ठंडे पानी के शौचालय युक्त पाँच-पाँच कमरे, अर्थात् कुल 20 कमरे हैं।

हमने जो धम्म हॉल चुना वह छत की टैरेस है। यह एक खुला

Dhamma Ethiopia
Since 2008

- A total of about 30, 10-day courses to date, mainly non-center.

After securing Dhamma House on July 2021

- Every month two 10-day courses
- Two parallel Satipatthana courses
- Two 3-day courses
- One-day courses, every other Sunday
- 80% participants Ethiopians; 20% others including from neighboring countries – Kenya and Sudan



स्थान था जिस पर टिन की छत थी। जुलाई से सितंबर तक बरसात की, और ठंड के मौसम की तथा पड़ोसियों से आवाज की समस्या न हो, इसलिए इसे हमने चारों ओर से चटाई आदि से घेर दिया है। डाइनिंग हॉल और किचन तल मंजिल (इमारत के प्रवेश द्वार) पर स्थित हैं, जबकि निवास के कमरे पहली मंजिल से चौथी मंजिल तक हैं। चूंकि भवन में केवल एक ही सीढ़ी है, इसलिए शिविरों की मांग के अनुसार हमने एक-लिंगी (=एक बार में केवल पुरुष या केवल महिला) शिविर आयोजित करने का निर्णय लिया है। चलने का भी स्थान छोटा है परंतु समान-लिंग शिविरों के लिए पर्याप्त है।

लीज एक साल के लिए थी, लेकिन हमारा बजट छह से सात महीने तक ही किराए पर चलाने भर का था। हमने मकान-मालिक को अपनी स्थिति के बारे में बताया, फिर भी वह हमें किराए पर देने के लिए तैयार हो गया। हमने देखा कि धम्म हॉल में सभी सुधारों और अन्य आवश्यक खरीदारी में हमारे आधे पैसे चले गए। लेकिन इन अनिश्चितताओं के बीच एक और अदृश्य हाथ हमारे बचाव में आया (वे हमारे पुण्य में भागीदार हों)। अब हमारे पास साल भर के लिए किराया ही नहीं, बल्कि स्थायी केंद्र बनाने के लिए भूमि की तलाश का भी प्रावधान कर रहे हैं।

हम शिविर लगाने के लिए बहुत उत्सुक थे, इसलिए जैसे ही हमने एग्रीमेंट पर हस्ताक्षर किए, हमने मालिक की अनुमति मांगी और हमारा लीज एग्रीमेंट का समय आरंभ होने के एक दिन पहले ही हम वहां चले गए और उसी शाम तीन दिन का शिविर शुरू कर दिया।

जब हमने शिविर लगाने का फैसला किया, तब बस एक खाली इमारत थी। आवश्यकतानुसार अपने स्वयं के गद्दे लाने और बाहर से भोजन मँगवाने पर हम-सब आपस में सहमत थे। जब ध्यान करने और रहने की जगह उपलब्ध हो गयी तब बाकी सब गौण था। अतः आंखें बंद करके, धर्म में बड़ी आस्था रखकर, हम काम में लग गए।

सौभाग्य से, पुराने साधकों ने बारी-बारी से दोपहर का भोजन लाया। गद्दे मँगवाए गए, जो उसी रात 9:30 बजे पहुँचे और लगभग रात 10 बजे हमने शिविर आरंभ कर दिया। यह स्थानीय पुराने साधकों का तीन दिवसीय शिविर था। यह बहुत ही सहज और सशक्त शिविर हुआ।

तब से हम समझ गए हैं कि हमें चीजों के सही होने का इंतजार नहीं करना चाहिए। जब हम काम करने का निर्णय ले लेते हैं तब धर्म धीरे-धीरे सभी आवश्यकताओं की पूर्ति अपने आप करने लगता है। अब धीरे-धीरे परिस्थितियां अनुकूल होती जा रही हैं। यह शिविर पिछले वाले से काफी बेहतर है। उम्मीद है अगला शिविर और भी बेहतर होगा। इस प्रकार हमने अब तक तीन दस-दिवसीय शिविर आयोजित कर लिए हैं।

इथियोपियाई साधकों के आलावा, अब तक दो अफ्रीकी भाइ-बहनों ने पिछले दो शिविरों में भाग लिया है—एक केन्या से और दूसरा सूडान से।

हमें उम्मीद है कि यह सूचना आपको धम्म प्रगति की एक झलक देगी। हम आपको शिविर में आने और बैठने या सेवा देने के लिए आमंत्रित करते हैं।

For International Donations

Name of bank: Dashen Bank S.C.
Account holder's name: 'Vipassana Association'
Account number: 1045102668012/22
Branch location: Bole Medhanialem Branch, Addis Ababa.
Swift code: DASHETAA.
Emails: arsemitti@yahoo.com, aandargatchew@gmail.com
Whats app No. : +1 236 9963505

सबकी स्वस्ति मुक्ति हो।

00000000000000000000000000000000

नये उत्तरदायित्व वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्रीमती पुष्पा झंवर, जळगाव
2. श्रीमती लता मुंदडे, अमळनेर, जळगाव
3. श्री सुभाष मुंदडे, अमळनेर, जळगाव
4. श्री विनोद वतनी, औरंगाबाद

नव नियुक्तियां सहायक आचार्य

1. अरविंद पाटिल, औरंगाबाद
2. सुश्री बीना शाह, ठाणे (मुंबई)
3. श्री पी. राधाकृष्णन, चेन्नई
4. डॉ. कृष्ण स्वरूप द्विवेदी, अहमदाबाद

00000000000000000000000000000000

अति महत्त्वपूर्ण सूचनाएं

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

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

00000000000000000000000000000000

अन्य सूचनाएं

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

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

00000000000000000000000000000000

ऑनलाइन भावी शिविर कार्यक्रम एवं आवेदन

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

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

कृपया अन्य केंद्रों के कार्यक्रमानुसार भी इसी प्रकार आवेदन करें,

जिनके विवरण कृपया निम्न लिंक पर खोजें:-

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

हिंदी वेबसाइट हेतु लिंक: www.hindi.dhamma.org

00000000000000000000000000000000

भावी शिविर कार्यक्रम

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

आवश्यक सूचनाएं—

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

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

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

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

5- दीर्घ शिविर - ∞ 20 दिवसीय शिविर: पाँच सामान्य शिविर, एक 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।

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

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

8- विशेष 10-दिवसीय शिविर: 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।

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 – समगानं 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।

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

इगतपुरी एवं महाराष्ट्र

धम्मगिरि : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

विषयना विश्व विद्यापीठ, इगतपुरी—422403, नाशिक, फोन: (02553) 244076, 244086, 244144, 244440 (केवल कार्यालय के समय अर्थात् सुबह 10 बजे से सायं 5 बजे तक), फैक्स: 244176, Email: info@giri.dhamma.org, [बिना बुकिंग प्रवेश बिल्कुल नहीं] दस-दिवसीय: 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, ❁ सतिपट्टन: 2022» 21 से 29-1, 6 से 14-10, समन्यक क्षेत्रीय आचार्य तथा आचार्य सम्मेलन: 2022» 13-12-2022, सहायक आचार्य सम्मेलन: 2022» 14 से 16-12-2022, सहायक आचार्य कार्यशाला: 2022» 17 से 20-12-2022, प्रशिक्षक कार्यशाला: 2022» 21-12-2022, कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 से 17-2, ❁ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 13 से 24-7, (इस वर्ष दिसंबर में होने वाले सभी सम्मेलन व कार्यशालाएं कोविड के कारण रद्द कर दी गयी हैं। सब कुछ ऑनलाइन ही होगा।)

(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 हैं, उस क्षेत्र के लोग वहीं आवेदन करें। विशेष कारण के बिना धम्मगिरि पर उनके आवेदन नहीं लिए जायेंगे। • कृपया स्वीकृति-पत्र अपने साथ अवश्य लाएं। • यदि किसी कारण न आ पा रहे हों तो कृपया समय पर सूचना अवश्य दें।)

धम्मतपोवन-1 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

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

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

❁ दीर्घ-शिविर:

धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विषयना केन्द्र, एस्सेल वर्ल्ड के पास, गोरार्ड खाड़ी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई— 400 091, फोन: +91 8291894650, टेली. (+09122) 50427518, Ext. No. (पुरुष कार्यालय) 519 (50427519), (महिला कार्यालय) 546 (50427546), (सुबह 11 से सायं 5 बजे तक); Website: www.pattana.dhamma.org, दस-दिवसीय एक्जीक्यूटिव शिविर: 22-12 से 2-1-2022, 2022» 5 से 16-1, 19 से 30-1, 26-2 से 9-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 3 से 14-5, 17 से 28-5, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 5 से 16-7, 19 से 30-7, 18 से 29-8, 31-8 से 11-9, 13 से 24-9, 28-9 to 9-10, 12 से 23-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, ❁ सतिपट्टन: 2022» 12 से 20-3, 1 से 9-8, 3-दिवसीय: 2022» 12 से 15-8, ❁ कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय: 2022» 2 से 23-2,

Email: registration_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/schedules/schpattana.shtml ; विशेष सूचना: “धम्मपत्तन” विषयना केन्द्र 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 विषयना पगोडा, गोरार्ड में एक दिवसीय शिविर : प्रतिदिन— सुबह 11 बजे से सायं 4 बजे तक, (पगोडा के डीम 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@global-pagoda.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 वे रेलवे स्टेशन के नजदीक हर्बर लार्डन) नवी मुंबई 400 614. संपर्क: फोन: 022-27522277, 27522404/03 (सुबह 11 बजे से सायं 5 बजे तक). Email: dhammavipula@gmail.com, बुकिंग केवल ऑनलाइन: http://www.vipula.dhamma.org/ दस-दिवसीय: 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, 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 विषयना केंद्र, गांव रुंटे, 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: 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,

धम्मवाटिका : पालघर

पालघर विषयना केंद्र, गट नं. 198-2/ए, अल्याली क्रिकेट ग्राउंड के पीछे, अल्याली, पालघर-401404, संपर्क: 1) 9637101154, 2) श्री इराणी, मो. 9270888840, Email: info@vatika.dhamma.org, Website: vatika.dhamma.org, दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 2021» 25-12-21 से 5-1-22, 2022» 13 से 24-2, 26-2 से 9-3, 9 से 20-4, 6 से 17-5, 21-5 से 1-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 6 से 17-8, 19 से 30-9, 8 से 19-10, 29-10 से 9-11, 26-11 से 7-12, 24-12 से 4-1-23 (केवल महिलाएं) 2022» 8 से 19-1, 29-1 से 9-2, 23-4 से 4-5, 8 से 19-6, 5 से 16-9, 12 से 23-11, 10 से 21-12, #ST: (केवल पुरुष) 2022» 21 से 29-3, 21 से 29-8, 3-दिवसीय: (केवल पुरुष) 2022» 23 से 26-1, 11 से 14-3,

धम्मनानंद : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विषयना केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) मरकल गांव के पास, आलंदी से 8 कि.मी. दस-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2022» 8 से 19-1, 12 से 23-2, 12 से 23-3, 9 से 20-4, 14 से 25-5, 11 से 22-6, 9 से 20-7, 13 से 24-8, 10 से 21-9, 8 से 19-10, 12 से 23-11, 10 से 21-12, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 2021» 25-12 से 5-1, 2022» 22-1 से 2-2, 23-4 से 4-5, 28-5 से 8-6, 25-6 से 6-7, 23-7 से 3-8, 27-8 से 7-9, 24-9 से 5-10, 26-11 से 7-12, 24-12 से 4-1, ❁ सतिपट्टन: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 2022» 29-10 से 6-11, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2022» 26-2 से 6-3, 3-दिवसीय: 2022» 3 से 6-2, 5 से 8-5, 4 से 7-8, 20 से 23-10, संपर्क: पुणे विषयना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; टेली-फैक्स: 24464243.

धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वारागेट)

पुणे विषयना समिति, नेहरू स्टेडियम के सामने, स्वारागेट वॉटर वर्क्स के पीछे, आनंद मंगल कार्यालय के पास, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org, दस-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 2022» 2 से 13-1, 6 से 17-2, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 2 से 13-10, 6 से 17-11, 4 से 15-12, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2021» 19 से 30-12, 2022» 16 से 27-1, 20-2 से 3-3, 20 से 31-3, 17 से 28-4, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 20-11 से 1-12, 18 से 29-12, ❁ सतिपट्टन: 2022» 4 से 12-9, 3-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2022» 13 से 16-10, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 2022» 27 से 30-10, 2-दिवसीय: (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 2022» 2 से 4-6, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 2022» 15 से 17-9, किशोरों का शिविर: 2022» 1 से 9-5, किशोरियों का शिविर: 2022» 15 से 23-5, 1-दिवसीय: हर माह दुसरे गुरुवार तथा चौथे रविवार प्रातः 8:30 से 4:30 तक, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) (लड़के) 10 से 11-5, (लड़कियां) 13 से 14-5, # बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) हर माह प्रथम तथा तिसरे रविवार (प्रातः 8 से दोपहर 2.30 तक)

दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)

विशेष 10-दिवसीय

17 से 28-1-2022 धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
24-1 से 4-2-2022 धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात
18-2 से 1-3-2022 धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
10 से 21-3-2022 धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
6 से 17-4-2022 धम्मनाग - नागापुर (महाराष्ट्र)
10 से 21-4-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
1 से 12-6-2022 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
19 से 30-6-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
13 से 24-7-2022 धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
14 से 25-7-2022 धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
19 से 30-7-2022 धम्मलक्ष्मण - लखनऊ (उ. प्र.)
9 से 20-8-2022 धम्मभण्डार - भंडारा (महाराष्ट्र)
20 से 31-8-2022 धम्मवाहिनी - टिटवाला
20 से 31-8-2022 धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
14 से 25-9-2022 धम्म पाल, भोपाल, (म.प्र.)
29-8 से 9-9-2022 धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात
6 से 17-10-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
9 से 20-10-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
11 से 22-10-2022 धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
12 से 23-10-2022 धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
20-11 से 1-12-2022 धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)
14 से 25-12-2022 धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
20 से 31-12-2022 धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
28-12 से 8-1-2023 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

कृतज्ञता शिविर

2 से 17-2-2022 धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 से 17-2-2022 धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
2 से 17-02-2022 धम्मनाग - नागापुर (महाराष्ट्र)
2 से 17-02-2022 धम्मलक्ष्मण - लखनऊ (उ. प्र.)
2 से 17-2-2022 धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
2 से 17-2-2022 धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
2 से 17-2-2022 धम्म मधुरा - मदुराई (तमिलनाडु)
2 से 17-2-2022 धम्म नागाज्जुन - 2 नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
2 से 17-2-2022 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
2 से 17-2-2022 धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
2 से 17-2-2022 धम्मपाटलिपुत्र - पटना (बिहार)

2 से 17-2-2022 धम्मअनाकुल - खापरखेड़ा फाटा, तेलहारा (अकोला)
 1 से 16-2-2023 धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
 26-1 से 10-2-2022 धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)

20-दिवसीय

16-1 से 6-2-2022 धम्मविपुल - बेलापुर (नवी मुंबई)
 2 से 23-2-2022 धम्मपत्तन - गोरार्ईगांव, मुंबई
 6 से 27-2-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
 2 से 23-2-2022 धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
 2 से 23-2-2022 धम्मपफुल्ल - अलूर, बंगलूरु (कर्नाटक)
 23-2 से 16-3-2022 धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
 1 से 22-3-2022 धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
 19-4 से 10-5-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 4 से 25-5-2022 धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
 1 से 22-6-2022 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
 10 से 31-7-2022 धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
 17-7 से 7-8-2022 धम्मकानन - बालाघाट (म.प्र.)
 1 से 22-8-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
 1 से 22-8-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 3 से 24-8-2022 धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
 8 से 29-9-2022 धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
 8 से 29-9-2022 धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
 13-8 से 3-9-2022 धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
 16-8 से 6-9-2022 धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
 19-8 से 9-9-2022 धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
 9 से 30-9-2022 धम्मगाढ़ - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
 6 से 27-10-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
 28-10 से 17-11-2022 धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
 28-10 से 18-11-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
 11-11 से 2-12-2022 धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
 4 से 25-12-2022 धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ.प्र.)
 28-12 से 18-1-2023 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

30-दिवसीय

21-12-2021 से 21-1-2022 धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
 16-1 से 16-2-2022 धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)
 30-1 से 2-3-2022 धम्मकेतु - दुर्ग (छत्तीसगढ़)
 2-2 से 5-3-2022 धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
 6-2 से 9-3-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
 9-2 से 12-3-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
 23-2 से 26-3-2022 धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
 27-2 से 30-3-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 28-2 से 31-3-2022 धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
 4-5 से 4-6-2022 धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
 28-5 से 28-6-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 1-6 से 2-7-2022 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
 10-7 से 10-8-2022 धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
 1-8 से 1-9-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
 3-8 से 3-9-2022 धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
 16-8 से 16-9-2022 धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
 28-8 से 28-9-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 8-9 से 9-10-2022 धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
 26-10 से 26-11-2022 धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
 28-10 से 28-11-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
 30-10 से 30-11-2022 धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
 5-11 से 6-12-2022 धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
 11-11 से 12-12-2022 धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
 28-12 से 28-1-2023 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

45-दिवसीय

21-12-2021 से 5-2-2022 धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
 1-1 से 16-2-2022 धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
 6-2 से 24-3-2022 धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
 9-2 से 27-3-2022 धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
 23-2 से 10-4-2022 धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
 27-2 से 14-4-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 28-2 से 15-4-2022 धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
 1-6 से 17-7-2022 धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

16-8 से 1-10-2022 धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
 15-10 से 30-11-2022 धम्मसुवस्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
 26-10 से 11-12-2022 धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
 27-10 से 12-12-2022 धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
 5-11 से 21-12-2022 धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
 14-12-22 से 29-1-2023 धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
 21-12-2021 से 5-2-2022 धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात

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: 2021** 15 से 26-12, 29-12 से 9-1-2022 **2022** 12 से 23-1, 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 0 सतिपट्टान: **2022** 4 से 12-4, 2-दिवसीय: **2022** 15 से 17-4, **किशोरों का शिविर: 2022** 16 से 24-5,

धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)

खानदेश विपश्यना साधना केंद्र, डेरगांव जलशुद्धिकरण केंद्र के पास, मू. पो. तिखी, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) (केंद्र जाने के लिए “पाच कंदील” के पास “शेरे पंजाब लॉज” पहुँचें। वहाँ से तिखी गांव के लिए ऑटोरिक्षा मिलते हैं।) **दस-दिवसीय: 2021** 16 से 27-12, 2022 2 से 13-1, 16 से 27-1, 20-2 से 3-3, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 8 से 19-5, 22-5 से 2-6, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 14 से 25-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 0 सतिपट्टान: **2021** 5 से 14-12, **2022** 20 से 29-3, 19 से 28-6, 31-7 से 9-8, 18 से 27-12, **2022** 28 से 30-1, 4 से 6-5, 27 से 29-8, 2 से 4-10, # 1-दिवसीय बाल-शिविर: **2021** 29-12, 30-12, **2022** 1-5, 21-10, 29-12, 30-12, कृतज्ञता-शिविर: **2022** 2 से 17-2

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: **2022** 28-10 से 17-11, संपर्क: डॉ. देवरे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर

धम्मसिद्धपुरी विपश्यना केंद्र, ऑफि विजापुर रोड, भाटेगाव के पास, सोरेगाव - डोंगगाव का रास्ता, सोरेगाव से 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, जिला. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, संपर्क: 1) श्री सम्राट पाटील, फोन: 7620592920, 9011908000, 2) श्री भालचंद्र उकरदे, मोबा. 9860759866, **दस-दिवसीय: 2021** 29-12 से 9-1, (केवल पुरुष) **2022** 12 से 23-1, 16 से 27-2, 2-3 से 13-3, 30-3 से 10-4, 1 से 12-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 28-9 से 9-10, 16 से 27-11, 30-11 से 10-12, 28-12 से 8-1-2023, (केवल महिला) 2 से 13-2, 16 से 27-3, 13 से 24-4, 15 से 26-6, 3 से 14-8, 14 से 25-9, 2 से 13-11, 14 से 25-12, 0 सतिपट्टान: **2022** 26-4 से 4-5, 12 से 20-10, 3-दिवसीय: **2022** 27 से 30-1, 28 से 31-7, 2-दिवसीय: **2022** 6 से 8-5, 28 से 30-10, **किशोरियों का शिविर: 2022** 10 से 18-5, **किशोरों का शिविर: 2022** 21 से 29-5,

धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)

दक्षिण विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रेलवे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232, 9697933232, 7420943232, **दस-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी)** 21-11 से 2-12, 5 से 16-12, 19 से 30-12, **2022** 2 से 13-1, 16 से 27-1, 19-2 से 2-3, 6 से 17-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, (1 से 12-5 केवल महिलाओं के लिए), 20 से 31-5, 3 से 14-6, 17 से 28-6, 1 से 12-7, 15 से 26-7, 29-7 से 9-8, 6 से 17-10, 28-10 से 8-11, 12-11 से 23-11, 26-11 से 7-12, 10 से 21-12, 0 सतिपट्टान: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 21 से 30-12, **2022** 22 से 31-3, 3 से 12-7, 8 से 17-10, 3-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) **2022** 14 से 17-5, 19 से 22-10, 26 से 29-12, **धम्मसेवक कार्यशाला: (हिंदी एवं मराठी भाषी)** **2021** 19 से 20-11, ∞ कृतज्ञता-शिविर: **2022** 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: **2022** 16-8 से 6-9, 30-दिवसीय: **2022** 16-8 से 16-9, 45-दिवसीय: **2022** 16-8 से 1-10,

धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहुरझरी गांव, नागपुर-कलमेश्वर रोड के पास. Email: info@naga.dhamma.org, संपर्क: मोबाईल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) **दस-दिवसीय: 2021** 10 से 21-11, 24-11 से 5-12, 8 से 19-12, **2022** 4 से 15-1, 18 से 29-1, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 20-4 से 1-5, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 0 सतिपट्टान: **2021** 24-12 से 1-1-2022, **2022** 27-5 से 4-6, 24-12 से 1-1-2023, 3-दिवसीय: **2022** 17 से 20-3, 19 से 22-12, 1-दिवसीय: **2022** 16-5, **किशोरियों का शिविर: 2022** 3 से 11-5, **किशोरों का शिविर: 2022** 18 से 26-5, **सहायक आचार्य कार्यशाला: 2022** 9 से 13-3, कृतज्ञता-शिविर: **2022** 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: **2022** 6 से 17-4, संपर्क: सचिव, कल्याणमिल चैरिटेबल ट्रस्ट, अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धन्तोली, नागपुर-440012. फोन: 0712-2458686, 2420261. (सभी पत्र-व्यवहार इसी पते पर करें।)

धम्मसुगति : सुगतनगर (नागपुर)

विपश्यना साधना केंद्र, सुगतनगर, नागपुर-14, फोन नं. (0712)2630115. **दस-दिवसीय: 2022** (केवल पुरुष) 5 से 16-1, 2 से 13-3, (महिला एवं पुरुष) 1 से 12-4, 1 से 12-6, 6 से 17-7, 3 से 14-10, 20 से 31-12, (केवल महिला) 2 से 13-2, 3 से 14-8, 20 से 31-8, 3 से 14-9, 19 से 30-9, (केवल भिक्षु) 2 से 13-11, 0 सतिपट्टान: **2021** 22 से 30-12, **2022** 23 से 31-7, 7 से 15-12, 3-दिवसीय: **2022** 25 से 28-2, 26 से 29-3, 24 से 27-11, **किशोरों का शिविर: 2022** 4 से 11-5, **किशोरियों का शिविर: 2022** 21 से 29-5, 1-दिवसीय: **2022** 1-1, 23-1, 30-1, 20-3, 12-6, 13-11, 18-12, # 3-दिवसीय बाल-शिविर: **2022** (केवल लड़कियां 12 से 15 वर्ष) 23 से 26-6, (केवल लड़के 12 से 15 वर्ष) 28 से 31-10, # बाल-शिविर: **2022** (केवल लड़के 8 से 12 वर्ष) 24-4, (केवल लड़कियां 8 से 12 वर्ष) 15-5, (लड़के लड़कियां 8 से 12 वर्ष) 17-7, सामू. साधना: **2022** 14-4, 14-10, 6-12, हर रविवार प्रातः 8 से 9; # बाल आनापान: हर रविवार प्रातः 8 से 8:45, आनापान सामू. साधना: हर रोज सायं. 6 से 7, संपर्क: 1) श्री सुखदेव नारनरने, मोबा.

9422129229, 8999247556, 2) श्री कमलेशा चाहदे, मोबा. 9373104305, 9028688558,

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिंपलगंव बायपास, यवतमाल - 445001, दस-दिवसीय: 0 सतिपट्टान: 1-दिवसीय: # बाल-शिविर: 26-12, संपर्क: 1) श्री ई. वी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475, 3) देवेन्द्र मेश्राम 9822235527.

संतुक-पिंपरी (हिगोली): स्थान: संतुक-पिंपरी डा. बगडीया फार्म हाऊस, संपर्क: मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 2021» 19 से 30-12, 2022» 20-2 से 3-3, 2 से 13-4, 1 से 12-5, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 4 से 15-9, 20 से 13-10, 13 से 24-11, 18 से 29-12, (केवल महिला) 2022» 23-1 से 3-2, 6 से 17-3, 17 से 28-4, 17 से 28-5, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 30-10 से 9-11, 4 से 15-12, संपर्क: डा. संग्राम जोधके, मोबा. 9422189318, श्री हनमंते साहेब, मोबा. 9422660954, श्री. संभाजी राजत, मोबा. 8805993640,

धम्म अमरावती : लुंबिनी, मोगरा

विपश्यना केंद्र, लुंबिनी मोगरा, पो. भानखेडा, ता. जि. अमरावती संपर्क: 1) श्री किशोर देशमुख मोबा. 9370585203, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, 2) श्री धम्मदीप गर्वह: 7066126154, दस-दिवसीय: (पुरुष तथा महिला) 2022» 12 से 23-1, 18-2 से 1-3, 23-3 से 3-4, 22-6 से 3-7, 17 से 28-8, 14 से 25-9, 7 से 18-10, 14 से 25-12, 0 सतिपट्टान: 2022» 9 से 17-11, 1-दिवसीय: 23-1, 1-3, 3-4, 3-7, 28-8, 25-9, 18-10, 25-12, धम्मसम्मेलन: 2022» 17-4, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 8-5

चितकी (वर्धा): धम्मकुटी विपश्यना केंद्र, चितकी, पुलगाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, दस-दिवसीय: 6 से 17-11, 7 से 18-12, संपर्क: श्री खंडारे, फोन: 07158-284372, मोबा. 9028494401, श्री भेले, मोबा. 9834603076,

तुमसर (भंडारा): दस-दिवसीय: 2022» 19 से 30-1, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 30-11 से 11-12, 20 से 31-12, # बाल-शिविर: 2022» 30-1, 6-3, 3-4, 9-11, 11-12, स्थान: बुद्धविहार अण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, संपर्क: 1) श्री डॉंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चोरे, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडाने, मोबा. 096236-68240,

रोहणागांव (पवनी, भंडारा): दस-दिवसीय: 2022» 22-12 से 2-1, 12 से 23-1, (9 से 20-3 केवल भिक्षु) 30 से 10-4, 11 से 22-5, 1 से 12-6, 6 से 17-7, 10 से 21-8, 19 से 30-10, 9 से 20-11, 7 से 18-12, 0 सतिपट्टान: 2022» 12 से 20-2, 17 से 25-9, 3-दिवसीय: 2022» 7 से 10-2, 27 से 30-4, 12 से 15-9, स्थान: विसुध्दमगो विपस्सना चॅरिटेबल ट्रस्ट, व्दारा संचालित - धम्मपवन विपश्यना केंद्र, रोहणा गांव (पवनी) जि. भंडारा, संपर्क: 1) श्री शैलेष कांबळे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेके, मोबा. 9223349183,

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेलवे लाइन के पास, सहकार नगर, भंडारा 441904, दस-दिवसीय: 2022» 5 से 16-1, 1 से 12-2, 1 से 12-3, 19 से 30-7, 6 से 17-9, 11 से 22-10, 15 से 26-11, 7 से 18-12, 0 सतिपट्टान: 2022» 3 से 11-11, 3-दिवसीय: 2022» 17 से 23-3, 2-दिवसीय: 2021» 24 to 26-12, 2022» 18 से 20-2, 1-दिवसीय: 2022» 16-1, 30-1, 24-4, 16-5, 19-6, 21-8, 25-9, 27-11, 18-12, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: 2022» 1 से 2-5, # 1-दिवसीय बाल-शिविर: 2022» 27-2, 26-4, 10-5, 24-5, 14-6, 28-6, 31-7, 25-8, 9-10, 25-12, धम्मसम्मेलन: 2022» 13-2,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 9 से 20-8, संपर्क: सलूजा, 09423673572, चौर, 9890441071, विनोद, 9422833002,

धम्म निरंजन : नांदेड

विपश्यना साधना केंद्र, नई इंद्रीण (गोदावरी नदी के किनारे) नांदेड, संपर्क: 1) श्री दहिबेले, मोबाइल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, दस-दिवसीय: (केवल महिलाएं)» (केवल पुरुष)» # 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़के)» (केवल लड़कियां)» 1-दिवसीय: 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: 0 सतिपट्टान: 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, ऑनलाइन बुकिंग: https://www.dhamma.org/en/schedules/v2/schanakula#normal, Email: info.anakula@vridhamma.org दस-दिवसीय: (केवल पुरुष)» 29-12 से 9-1-2022, (केवल महिलाएं)» 12 से 23-1-2022, 2022» (पुरुष तथा महिला)» 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 5 से 16-5, 15 से 26-6, (29-6 से 10-7 केवल भिक्षु), 13 से 24-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 18 से 29-9, 11 से 22-10, 27-10 से 7-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 20 से 31-12, 0 सतिपट्टान: 2022» 20 से 28-4, 1 से 9-10, 3-दिवसीय: 23 से 26-12, 2022» 26 से 29-1, 28 से 31-7, 2-दिवसीय: 2022» 19 से 21-2, 1 से 3-5, 13 से 15-9, 1-दिवसीय: 2022» 23-1, 20-3, 17-4, 16-5, 26-6, 14-8, 29-9, 22-10, 4-12, 31-12, किशोरों का शिविर: 2022» 1 से 9-6, किशोरियों का शिविर: 2022» 21 से 29-5, #1 दिवसीय बाल शिविर 2022» 9-1, 6-3, 24-7, 28-8, 20-11, 18-12, कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 से 17-2, संपर्क: 1) विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, शेगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

कोटंबा (यवतमाल): दस-दिवसीय: (पुरुष तथा महिला)» 5 से 16-12 (केवल क्षिणियां तथा महिला) 7 से 18-11, 1-दिवसीय: हर रविवार सुबह 8 से 3 तक # बाल-शिविर: 28-11, 26-12, संपर्क: धम्मभूमि विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाल-445001. मोबा. 9822896453, 7776964808, 7038918204, 9175622575,

मलकापुर: (अकोला) दस-दिवसीय: (केवल महिलाएं)» 1 से 12-6-22, 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) 2021» 20 से 31-12, 2022» 17 से 28-2, 25-3 से 5-4, 19 से 30-5, 19 से 30-7, 22-9 से 3-10, 22-12 से 2-1, (केवल पुरुष) 2022» 18 से 29-1, 6 से 17-3, 19 से 30-4, 21-6 से 2-7, 10 से 21-10, 0 सतिपट्टान: (केवल पुरुष) 2022» 25-8 से 2-9, (केवल महिलाएं) 9 से 17-12, (केवल

भिक्षु) 2022» 15 से 23-11, 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 गर्वह, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

धम्मजलगांव : जलगांव

विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैती हिल्स अजिता 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, संपर्क: 7588436222, 8421532276.

धम्मअजय : चंद्रपुर (महाराष्ट्र)

विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम - अजयपूर, पो. चिचपल्ली, मूल रोड, चंद्रपुर, Online Registration :- Website :- www.ajaya.dhamma.org, Email: dhammaajaya@gmail.com, संपर्क: 1) मिर्लींद घरेडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वार्ड, नं. 2, चंद्रपूर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, दस-दिवसीय: 26-12 से 7-1,

धम्मपदेस : पाली (रत्नागिरी)

कोकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pages.dhamma.org, दस-दिवसीय: 0 सतिपट्टान: संपर्क: 1) श्री संतोष आयेर) 9975434754 / 9960503598

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

धम्मदेस : चिंचोली, हिगोली

धम्मदेस विपश्यना केंद्र, चिंचोली, ता. हिगोली, जि. हिगोली, संपर्क: मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 2021» 19 से 30-12, 2022» 20-2 से 3-3, 2 से 13-4, 1 से 12-5, 5 से 16-6, 3 से 14-7, 7 से 18-8, 4 से 15-9, 20 से 13-10, 13 से 24-11, 18 से 29-12, (केवल महिला) 2022» 23-1 से 3-2, 6 से 17-3, 17 से 28-4, 17 से 28-5, 19 से 30-6, 17 से 28-7, 21-8 से 1-9, 18 से 29-9, 30-10 से 9-11, 4 से 15-12,

धम्मसुगन्ध : भोसे (सांगली)

सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्मा 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) 2-दिवसीय: (1-दिवसीय: हर माह पहले रविवार, स्थान: निशिथी मालवाडी, पो. भिलवाडी, ता. पलसु, 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 पूर्वोत्तर भारत

धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

राजस्थान विपश्यना केंद्र, 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: 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, 0 सतिपट्टान: 2022» 29-3 से 6-4, 7 से 15-6, 19 से 27-7, 12 से 20-12, 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: 2022» 6 से 27-2, 28-10 से 18-11, 30-दिवसीय: 2022» 6-2 से 9-3, 28-10 से 28-11, 45-दिवसीय: 2022» 6-2 से 24-3,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विपश्यना केंद्र, ग्राम रेवत (केडेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2021» 23-12 से 3-1, 2022» 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 7-3, 20 से 31-3, 2 से 13-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 12 से 23-6, 25-6 से 6-7, 1 से 12-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 27-10 से 7-11, 23-12 से 3-1, 0 सतिपट्टान: 2022» 15 से 23-1, 9 से 17-3, 12 से 20-10, 13 से 21-12, किशोरों का शिविर: 2022» 5 से 13-1, 1 से 9-6, # बाल शिविर 2-दिवसीय: 15 से 17-4, 13 से 15-8,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 20 से 31-8, 20-दिवसीय: 2022» 10 से 31-7, 11-11 से 2-12, 30-दिवसीय: 2022» 10-7 से 10-8, 11-11 से 12-12, संपर्क: 1) श्री रवि तोषणीवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com, 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 098290 28275. Email: corporate@toshcon.com, फॅक्स: 0145-2787131.

धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसोर्ट के पीछे, अध्यात्म विज्ञान सस्तग केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org. दस-दिवसीय: 2021» 22-11 से 3-12, 20 से 31-12 2022» 2 से 13-1, 15 से 26-1, 30-1 से 10-2, 14 से 25-2, 21-3 से 1-4, 13 से 24-4, 28-4 से 9-5, 21-6 से 2-7, 5 से 16-7, 19 से 30-7, 2 से 14-8, 31-8 से 11-9, 23-9 से 4-10, 19 से 22-10, 28-10 से 8-11, 11 से 22-11, 25-11 से 6-12, 0 सतिपट्टान: 2022» 9 से 17-3, 28-5 से 5-6, 8 से 16-10, 23 से 31-12, 3-दिवसीय: 2022» 2 से 5-3, 4 से 7-4, 9 से 12-12, किशोरों का शिविर: 2022» 10 से 18-6, किशोरियों का शिविर: 2022» 19 से 27-8, # बाल शिविर 2-दिवसीय: 2022» (लड़के, लड़कियां) 16 से 18-9, संपर्क: 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लॉक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: Whatsapp No. 9887099049, 8233013020.

धम्मपुब्बज, चूरू (राजस्थान)

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चूरू से 6 कि.मी.) चूरू (राजस्थान): फोन: 9664481738, संपर्क: 1) श्री एस. पी शर्मा, Email: dhammapubbaja@gmail.com, info@pubbaja.dhamma.org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoocom; (मोबा. 94131-57056, 9887099049, Whatsapp Only) दस-दिवसीय: 2022» 1 से 12-1, 22-2 से 5-3, 9 से 20-3, 24-3 से 4-4, 7 से 18-4, 27-5 से 7-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20-7 से 31-7, 3 से 14-8, 9 से 20-9, 5 से 16-10,

26-10 से 6-11, 11 से 22-11, 25-11 से 6-12, ० सतिपट्टान: 2021» 22 से 30-12, 2022» 15 से 23-1, 29-4 से 7-5, 19 से 27-8, 3-दिवसीय: 2022» 26 से 29-1, 21 से 24-4, 23 से 26-9, 19 से 22-10, 9 से 12-12, किशोरों का शिविर: 2022» 10 से 18-6, 1-दिवसीय: 2022» 8-5, # बाल शिविर 2-दिवसीय: (13 से 16 वर्ष लड़के) 2022» 2 से 4-9, (13 से 16 वर्ष केवल लड़कियां) 2022» 30-9 से 2-10,

कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 20 से 31-12,

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: 2022» 5 से 16-1, 19 से 30-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, संपर्क: विपश्यना साधना संस्थान, रुम नं. 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.dhammapathana@gmail.com, ० सतिपट्टान: 23 से 31-12, 2022» 5 से 13-1, 18 से 26-1, 1 से 9-2, 14 से 22-2, 15 से 23-5, 4 से 12-7, 17 से 25-12, सहायक आचार्य कार्यशाला: 2 से 5-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 6 से 7-10,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 14 से 25-7, 11 से 22-10, 20-दिवसीय: 2022» 19-4 से 10-5, 1 से 22-8, 30-दिवसीय: 2022» 27-2 से 30-3, 28-5 से 28-6, 28-8 से 28-9, 45-दिवसीय: 2022» 27-2 से 14-4, 27-10 से 12-12, संपर्क: धम्मसोत-संपर्क पर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअर पोर्ट/कुंजपुरा रोड, गव्हर्मेन्ट 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: 22 से 2-1-2022, 2022» 12 से 23-1, 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 22-6 से 3-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 14 से 25-12, 28-12 से 8-1-2023, ० सतिपट्टान: 2022» 29-10 से 6-11, किशोरों का शिविर: 2022» 28-5 से 5-6, किशोरियों का शिविर: 2022» 11 से 19-6,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिति, लाहली - आंवल रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानीर, जिला: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दस-दिवसीय: 2022» 5 से 16-1, 19 से 30-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, 3-दिवसीय: 17 से 20-10,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गांव आनंदाद, पो. मेहलावली जिला-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dhaja.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2022» 5 से 16-1, 19 से 30-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-23, ० सतिपट्टान: 2022» 5 से 13-11,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केंद्र, धरमकोट मैकलोडगांज, धर्मशाला, जिला- कांगरा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (पंजीकरण के लिए फोन सायं 4 से 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2022» अप्रैल से नवंबर हर माह 1 से 12 तथा 15 से 26. केवल अन्य शिविरों के समय नहीं ० सतिपट्टान: 2022» 20 से 28-3, 15 से 23-11, 3-दिवसीय: 2022» 23 से 26-11,

धम्मलद्व : लेह-लद्दाख (जम्मू-कश्मीर)

विपश्यना साधना केंद्र, लद्दाख, (लेह से 8/9 कि. मी.) संपर्क: श्री लोभझंग विसुद्धा, एफ्साट ट्रेक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दस-दिवसीय: 2022» हर माह 1 से 12 तथा 16 से 27 (सतिपट्टान आदि छोड़कर). ० सतिपट्टान: 2022» 16 से 24-3, 16 से 24-9, 3-दिवसीय: 25 से 28-9, 2-दिवसीय: 25 से 27-3, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 9:00 से 1-दिवसीय: हर माह दुसरे रविवार. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)

देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कॅन्ट तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, 70783-98566, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दस-दिवसीय: 2022» 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 14 से 25-12, ० सतिपट्टान: 22 से 30-12, 2022» 15 से 23-1, 6 से 14-3, 14 से 22-8, 7 से 15-10, 3-दिवसीय: 2022» 19 से 22-3, 7 से 10-8, 16 से 19-10, 28-10 से 1-11, संपर्क: 1) श्री भंडारी, 16 टैगोर विला, चक्रता रोड, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फैक्स: 2715580.

धम्मलक्खण : लखनऊ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शी का तालाब, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारम्भ के दिन दोपहर 2 से 3 तक बक्शी का तालाब रेलवे क्रॉसिंग से वाहन सुविधा उपलब्ध।) Email: info@lakkhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453211879, दस-दिवसीय: 2022» 4 से 15-1, 19 से 30-1, 19-2 से 2-3, 4 से 15-3, 4 से 15-4, 19 से 30-4, 4 से 15-5, 19 से 30-5, 4 से 15-6, 19 से 30-6, 4 से 15-7, 4 से 15-8, 19 से 30-8, 4 से 15-9, 19 से 30-9, 4 से 15-10, 4 से 15-11, ० सतिपट्टान: 22 से 30-3, 19 से 27-10, 3-दिवसीय: 2022» 28 से 31-10, 2-दिवसीय: 15 से 17-1, 15 से 17-3, 18 से 20-3, 15 से 17-4, 15 से 17-5, 15 से 17-6, 15 से 17-7, 15 से 17-8, 15 से 17-9, 15 से 17-10, 15 से 17-11, 3-दिवसीय

बाल शिविर: 2021» (13 से 17 वर्ष लड़के) 26 से 29-12, 2022» (13 से 17 केवल लड़कियां) 2021/22» 30-12-21 से 2-1-22, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 से 17-2,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 19 से 30-7, 20-दिवसीय: 2022» 4 से 25-12, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मुदूला मुकेश, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

जेतवन विपश्यना साधना केंद्र, कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कालेज के सामने, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatthi.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2022» 2 से 13-1, 2 से 13-2, 15 से 26-2, 17 से 28-4, 2 से 13-5, 17 से 28-5, 2 से 13-6, 17 से 28-6, 2 से 13-7, 17 से 28-7, 2 से 13-8, 17 से 28-8, 2 से 13-10, 2 से 13-12, 2 से 13-1-2023, ० सतिपट्टान: 2022» 29-8 से 6-9, 14 से 22-12, # बाल शिविर: (8 से 12 वर्ष लड़के, तथा 8 से 16 वर्ष लड़कियां) 2021» 24 से 27-12, 2022» 24 से 27-12, (12 से 16 वर्ष केवल लड़के) 2021» 28 से 31-12, 2022» 28 से 31-12,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 17 से 28-1, 20-दिवसीय: 2022» 8 से 29-9, 30-दिवसीय: 2022» 28-2 से 30-3, 45-दिवसीय: 2022» 28-2 से 15-4, 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. पियरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारनाथ म्यूजियम से ऑटोरिक्शा 100/- है।) दस-दिवसीय: 2021» 20 से 31-12, 2022» 3 से 14-1, 18 से 29-1, 3 से 14-2, 4 से 15-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 3 से 14-5, 18 से 29-5, 3 से 14-6, 18 से 29-6, 3 से 14-7, 18 से 29-7, 3 से 14-9, 18 से 29-9, 12 से 23-10, 5 से 16-12, 18 से 29-12, ० सतिपट्टान: 2022» 21 से 29-3, 2 से 10-10, 3-दिवसीय: 2022» 28 से 31-8, 1-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार. सुबह 9 से सायं 4 तक,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 18-2 से 1-3, 20-दिवसीय: 2022» 3 से 24-8, 30-दिवसीय: 2022» 30-10 से 30-11, संपर्क: मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.ag4@gmail.com,

धम्मकाया कुशीनगर (उ.प्र.)

धम्मकाया विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम- धुरिया 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: — हर माह 1 से 12 तथा 16 से 27; संपर्क: 1. श्री भूमिधर मोबा. 09452975280, 2) डॉ. विमलकुमार मोदी, द्वारा- आर्योय मंदिर, गोरखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599453.

धम्मकल्याण : कानपुर (उ. प्र.)

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, डोड़ी 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: 2022» 5 से 16-1, 20 से 31-1, 5 से 16-2, 5 से 16-3, 20 से 31-3, 5 से 16-4, 20-4 से 1-5, 2 से 13-5, 13 से 24-5, 5 से 16-6, 20-6 से 1-7, 5 से 16-7, 20 से 31-7, 5 से 16-8, 20 से 31-8, 5 से 16-9, 20-9 से 1-10, 5 से 16-10, 20 से 31-10, 5 से 16-11, 5 से 16-12, 20 से 31-12, ० सतिपट्टान: 2022» 22-2 से 1-3, 22 से 30-11, 3-दिवसीय: 2022» 1 से 4-4, 1 से 4-9, किशोरियों का शिविर: 2022» 24-5 से 1-6, एक-दिवसीय: 2022» हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सायं 5 तक, # बाल शिविर 3-दिवसीय: (8 से 12 वर्ष) 2022» 1 से 4-6, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 20-11 से 1-12-22,

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केंद्र, पुलिस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ-250002, कार्यालय संपर्क: फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, 10-दिवसीय: 2022» 5 से 16-1, 19 से 30-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023 ० सतिपट्टान: 2022» 19 से 27-3, 3-दिवसीय: 31-3 से 3-4, 1 से 4-9, 17 से 20-10, 1 से 4-12,

धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मगध विश्वविद्यालय के समीप, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-डोभी रोड, बोधगया-824234, मोबा. 94716-03531, Email: info@bodhi.dhamma.org; संपर्क: फोन: 99559-11556. Website: www.bodhi.dhamma.org, Long course Email : bodhi.longcourse@gmail.com, दस-दिवसीय: 2021» 29-12-2021 से 9-1-2022, 2022» 12 से 23-1-2022, 1 से 12-4, 16 से 27-4, 1 से 12-5, 16 से 27-5, 1 से 12-6, 16 से 27-6, 1 से 12-7, 15 से 26-7, 5 से 16-9, 20-9 से 1-10, 1 से 12-11, 16 से 27-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, ० सतिपट्टान: 2022» 26-1 से 3-2, 18 से 26-10,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 6 से 17-10, 20-दिवसीय: 2022» 1 से 22-8, 6 से 27-10, 30-दिवसीय: 2022» 9-2 से 12-3, 1-8 से 1-9, 45-दिवसीय: 2022» 9-2 से 27-3

धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, ग्राम- लदौरा, पार्ली, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, दस-दिवसीय: 5 से 16-1, 19 से 30-1, ० सतिपट्टान: संपर्क: श्री राजकुमार गोपन्का, 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) 3 से 14-1-2022,

नालंदा (बिहार): दस-दिवसीय: 2021 तथा 2022» अप्रैल से दिसंबर तक हर माह 2 से 13, स्थान: शिल्प ग्राम, नव नालंदा महाविहार, गव्हर्मेन्ट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, संपर्क: डा लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com. online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

धम्मपाटलिपुत्त : पटना (बिहार)

स्थान: विपश्यना साधना केंद्र, ध्यान खंड, बुद्ध स्मृति पार्क, फ्रेजर रोड, पटना जंक्शन के पास, संपर्क- फोन: +91

6205978822, +91 6299534629; E-mail: info@patana.in.dhamma.org ; Website: www.patana.in.dhamma.org; **दस-दिवसीयः 2022»** 3 से 14-1, 17 से 28-1, 17 से 28-2, 3 से 14-3, 17 से 28-3, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 3 से 14-5, 17 से 28-5, 3 से 14-6, 17 से 28-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 3 से 14-9, 17 से 28-9, 3 से 14-10, 17 से 28-10, 3 से 14-11, 3 से 14-12, 17 से 28-12, 3 से 14-1-2023, 17 से 28-1-23, 17 से 28-2-23, **० सतिपट्टानः 2022»** 17 से 25-11, 1-दिवसीयः हर रविवार, मिनी आनापान साधना: हर रोज, # 3-दिवसीय बाल-शिविरः 2022» (केवल लड़कियाँ 12 से 16 वर्ष) 29-4 से 2-5, (केवल लड़के 12 से 16 वर्ष) 28 से 31-12,

कृतज्ञता-शिविरः 2022» 2 से 17-2, 2 से 17-2-2023

धम्मवेसाली : वैशाली (बिहार)

धम्मवेसाली विपश्यना केंद्र, वियतनाम महाप्रजापति नगरी, विश्वाशंति फगोडा रोड, वैशाली-844128, संपर्क: 9036012302, 9036012303, श्री राजकुमार गोकुण्डा, फोन: 7631932444, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; **दस-दिवसीयः** हर माह- 4 से 15, जनवरी से दिसंबर तक. **० सतिपट्टानः**

कच्छ एवं गुजरात

धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

कच्छ विपश्यना केंद्र, ग्राम- बाड़ा, ता. मांडवी, जिला- कच्छ 370475. मोबा. 9925674104, 9638577325, Email: info@sindhu.dhamma.org, (शिविर आरंभ होने के दिन सीधे केंद्र जाने के लिए वाहन सुविधा उपलब्ध। तदर्थ संपर्क- फोन: 094274-33534. गांधीधाम: 094262-50746. मांडवी: 9974575660.) **दस-दिवसीयः 2022»** 4 से 15-1, 19 से 30-1, **० सतिपट्टानः 2022»** 2 से 10-2, 3-दिवसीयः 2022» 11 से 14-2,

० दीर्घ शिविरः 20-दिवसीयः 2022» 23-2 से 16-3, 30-दिवसीयः 2022» 23-2 से 26-3, 45-दिवसीयः 2022» 1-1 से 16-02, 23-2 से 10-4, संपर्क: मोबा. 7874623305,

धम्मकोट : राजकोट (गुजरात)

सौराष्ट्र विपश्यना केंद्र, कोठारिया रोड, राजकोट. फोन: (0281) 2924924, 2924942, मोबाईल: 7878727240, 93279-23540, Email: info@kota.dhamma.org, **दस-दिवसीयः 2021»** 22-12 से 2-1, 2022» 19 से 30-1, 12 से 23-2, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 3 से 14-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 5 से 16-10, 19 से 30-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 14 से 25-12, 3-दिवसीयः 2021» 13 से 16-1, 26-2 से 1-3, 8 से 21-8, संपर्क: 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फैक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीठु गाव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निलिंबाई पारीख, मोबा. 09429233000, 2. श्री उपेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, **दस-दिवसीयः 2021»** 22-12 से 2-1-2022, 2022» 5 से 16-1, 2 से 13-2, 16 से 27-2, 2 से 13-3, 16 से 27-3, 30-3 से 10-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 11 से 22-5, 25-5 से 5-6, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 4 से 12-7, 20 से 31-7, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-12 से 1-1-2023, 4 से 15-1-23, 18 से 29-1-23, 17 से 28-2-23, **० सतिपट्टानः 2022»** 22-1 से 30-1, 4 से 12-7, 3-दिवसीयः 2022» 20 से 23-10, 2-दिवसीयः 2022» 15 से 17-7, **कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 1 से 16-2,

० दीर्घ शिविरः 20-दिवसीयः 2022» 13-8 से 3-9, 30-दिवसीयः 2022» 3-8 से 3-9,

धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

गुर्जर विपश्यना केंद्र, (अहमदाबाद रेलवे स्टेशन से 40 कि.मी.), ग्रामरनोडा, 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-दिवसीयः 2021»** 29-12-2021 से 9-1-2022, 2022» 12 से 23-1, 16 से 27-2, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 7 से 18-9, 21-9 से 2-10, 5 से 16-10, 25-12 से 5-1-2023, 11-1 से 22-1-23, 25-1 से 5-2-23, 8 से 19-2-23, 22-2 से 5-3-23, **० सतिपट्टानः 2022»** 1 से 9-3, **कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 26-1 से 10-2,

० दीर्घ शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 2022» 10 से 21-3, 20-दिवसीयः 2022» 1 से 22-3, 30-दिवसीयः 2022» 5-11 से 6-12, 45-दिवसीयः 2022» 5-11 से 21-12, संपर्क: 1) श्रीमती शशि तोदी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पच्छिम से 2 कि० मी० दूरी पर बोरीयाच टोलनाका, ग्राम वागलावाड 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-दिवसीयः 2022»** 9 से 20-2, 22-2 से 5-3, 7 से 18-3, 20 से 31-3, 6 से 17-4, 19 से 30-4, 1 से 12-5, 18 से 29-5, 31-5 से 11-6, 12 से 23-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 28-7 से 8-8, **० सतिपट्टानः 2022»** 19 से 27-8, 3-दिवसीयः 2022» 31-3 से 3-4, 12 से 15-5, 23 से 26-6, 12 से 15-8, धम्म सम्मेलनः 2022» 6-2,

० दीर्घ शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 2022» 24-1 से 4-2, 29-8 से 9-9, 20-दिवसीयः 2022» 19-8 से 9-9, 30-दिवसीयः 21-12-2021 से 21-1-2022, 45-दिवसीयः 21-12-2021 से 5-2-22-2022

दक्षिण भारत

धम्मपफुल्ल : अलूर, बंगलूरु (कर्नाटक)

बंगलूरु विपश्यना केंद्र, अलूर-562123. (गाँव अलूर, अलूर पंचायत कार्यालय के पास) तुमकूर हाईवे के सामने दासनपुरा बंगलूरु उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोन: (080) 23712377, मोबा. 7829912733, 8861644284, 9972588377, Email: info@paphulla.dhamma.org, (बंगलूरु रेलवे स्टेशन से 23 की. मी. दूर) **दस-दिवसीयः 2022»** 1 से 12-1, 17 से 28-1, 2 से 13-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, **० सतिपट्टानः 2022»** 23 से 31-3, 3-दिवसीयः 2022» 17 से 20-3, 2-दिवसीयः 2022» 26 से 27-2, **० दीर्घ-शिविरः 20-दिवसीयः 2022»** 2 से 23-2,

धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा थीरुनीरमलाई रोड, थीरुमुदीवक्कम, चेन्नई-600044, शिविर संबंधी जानकारी तथा पंजीकरण के लिए संपर्क: फोन: 044-65499965, मोबाइल: 94442-80952, 94442-80953, (केवल 10 बजे से 1 तथा सायं 2 से 5 बजे तक). Email: setu.dhamma@gmail.com, संपर्क: श्री गोकुण्डा, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgicclothing.in, **दस-दिवसीयः 2022»** 2 से 13-1, 19 से 30-1, 9 से 20-3, 30-3 से 10-4, 13 से 24-4, 27-4 से 8-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 13 से 24-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 26-10 से 6-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 20 से 31-12, **० सतिपट्टानः 2022»** 2 से 10-7, 12 से 20-10, 3-दिवसीयः 2022» 24 से 27-3, 12 से 15-5, 28 से 31-7, 1-दिवसीयः 2022» 16-5, 13-7, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 21-4, बाल शिविर शिक्षक कार्यशाला: 2022» 21 से 22-5, सहायक आचार्य कार्यशाला: 2022» 28 से 29-5, **कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 2 से 17-2,

० दीर्घ-शिविरः 20-दिवसीयः 2022» 2 से 23-2, 30-दिवसीयः 2022» 2-2 से 5-3,

धम्मखेत : हैदराबाद (तेलंगाना)

विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (12.6 किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, वनस्थलीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाना पंजीकरण: (प्रातः 9 से 12 तथा 3 से 5 तक) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, **दस-दिवसीयः 2022»** 16 से 27-1, 2 से 13-2, 18-2 से 1-3, 3 से 14-3, 17 से 28-3, 31-3 से 11-4, 13 से 24-4, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 18 से 29-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 13 से 24-9, 25-9 से 6-10, 8 से 19-10, 20 से 31-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, 30-11 से 11-12, 14 से 25-12, **० सतिपट्टानः 2022»** 18 से 26-5, 13 से 21-9, 3-दिवसीयः 2022» 25 से 28-4, 29-8 से 1-9, 2-दिवसीयः 2022» 28 से 30-1, 29-4 से 1-5, 30-7 से 1-8, 2 से 4-9, 1-दिवसीयः 2021» हर रविवार, आचार्य कार्यशाला: 2022» 8 से 12-9, धम्मसेवक कार्यशाला 2-दिवसीयः 2022» 5 से 7-9, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 28-2, 27-3, 24-4, 29-5, 17-7, 28-8, 30-10, 27-11, **० कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 2 से 17-2,

० दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 2022» 1 से 12-6, 28-12 से 8-1-2023, 20-दिवसीयः 2022» 1 से 22-6, 28-12 से 18-1-2023, 30-दिवसीयः 2022» 1-6 से 2-7, 28-12 से 28-1-2023, 45-दिवसीयः 2022» 1-6 से 17-7,

1-दिवसीय बाल-शिविरः 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 चेलिया पट्टी, ता. आतुर गो. गांधीग्राम युनिवर्सिटी दिंडीगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 9442603490, 9442103490, **दस-दिवसीयः 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 **० सतिपट्टानः 2022»** 13 से 21-8, 3-दिवसीयः 2022» 4 से 7-8, 22 से 25-9, **० कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 2 से 17-2-22,

धम्मनागाजुन - 1 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: VIMC, हिल कालोनी, नागार्जुन सागर, जि. नालगोंडा तेलंगाना, पिन-508202. पंजीकरण: 9440139329, (8680) 277944, मोबा. 093484-56780, (केवल 10 से शाम 5 तक) Email: info@nagajuna.dhamma.org, 10-दिवसीयः 2022» 10 से 21-1, 6 से 17-2, 14 से 25-5, 2 से 13-11, 23-11 से 4-12, 2-दिवसीयः 2022» 25 से 27-2, 11 से 13-3, 24 से 26-6, 8 से 10-7, 5 से 7-8, 28 से 30-10, 16 से 18-12, किशोरों का शिविरः 2022» 1 से 9-1, 9 से 17-4, 5 से 13-5, 20 से 28-8, 26-9 से 4-10, 14 से 22-11, किशोरियों का शिविरः 2022» 25-4 से 3-5, 11 से 19-6, 23 से 31-7, 15 से 23-9, 15 से 23-10, 23 से 31-12, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 9 से 11-9, धम्म सम्मेलनः 2022» 18 से 20-2,

धम्मनागाजुन - 2 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: धम्मनागाजुन-1 के उपरोक्त पते पर। 10-दिवसीयः 2022» 23-2, से 6-3, 9 से 20-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 8 से 19-6, 22-6 से 3-7, 6 से 17-7, 20 से 31-7, 3 से 14-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 25-9 से 6-10, 12 से 23-10, **० सतिपट्टानः 2022»** 24-4 से 2-5, 14 से 22-9, **कृतज्ञता-शिविरः 2022»** 2 से 17-2, 2023» 2 से 17-2,

० दीर्घ-शिविरः 20-दिवसीयः 2022» 4 से 25-5, 30-दिवसीयः 2022» 4-5 से 4-6, 26-10 से 26-11, 45-दिवसीयः 2022» 26-10 से 11-12, 14-12 से 29-1-23

मध्य एवं पूर्व भारत

धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)

धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैनगंगा तट, रंगोटला, पो. गर्रा, बालाघाट. फोन: (07632) 248145, मोबा. 8989845100, संपर्क: 1) श्री खोत्रागडे, मोबा. 94243-36241. 2) श्री मेश्राम, फोन: (07632) 239165, Email: dineshmeshram@hotmail.com, मोबा. 09425140015, 9753144641, ऑनलाइन आवेदन: https://www.dhamma.org/en/schedules/schkanana.10-दिवसीयः 2022» 2 से 13-1, (20-2 से 3-3 केवल भिक्षुओं के लिए) 6 से 17-3, 21-3 से 1-4, 3 से 14-4, 17 से 28-4, 2 से 13-5, 2 से 13-6, 2 से 13-7, 19 से 30-8, 2 से 13-9, 17 से 28-9, 6 से 17-10, 22-10 से 2-11, 5 से 16-11, 19 से 30-11, 4 से 15-12, **० सतिपट्टानः 2022»** 18 से 26-6, 18 से 26-12, 3-दिवसीयः 2022» 18 से 20-3, 2-दिवसीयः 15 से 16-5, # बाल-शिविरः 2022» 29-5, 2-10 **० दीर्घ-शिविरः 20-दिवसीयः 2022»** 17-7 to 7-8, 30-दिवसीयः 2022» 16-1 से 16-2,

धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गेडाम, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेंद्र हुमने, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फैक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन: www.pala.dhamma.org, **दस-दिवसीयः 2022»** 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 9 से 20-3, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 29-6 से 10-7, 13 से 24-7, 27-7 से 7-8, 10 से 21-8, 24-8 से 4-9, 28-9 से 9-10, 2 से 13-11, 16 से 27-11, **० सतिपट्टानः 2022»** 23 to 31-3, 14 से 22-10, 3-दिवसीयः 2022» 3 से 6-2, 12 से 15-5, 8 से 11-9, 27 से 30-10, 2-दिवसीयः 2022» 1 से 3-4, 1-दिवसीयः 2022» 20-2, 20-3, 17-4, 24-7, 4-9, 9-10, 27-11, किशोरों का शिविरः 2022»

(लड़के) 3 से 11-5, (लड़कियाँ) 14 से 22-6, बाल-शिविर: 2022» (उम्र 8 से 12 वर्ष) 29-5, 21-8, (उम्र 13 से 16 वर्ष) 1-5, 12-6; रखरखाव सप्ताह: 2022» 9 से 13-10, पुराने साधकों के लिए सहभागिता सेमिनार: 2022» 25 से 26-6, ∞ दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 14 से 25-12, 20-दिवसीय: 2022» 8 से 28-9, 30-दिवसीय: 2022» 8-9 से 9-10,

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: 2022» 2 से 13-1, 18 से 29-1, 2 से 13-2, 18 से 1-3, 5 से 16-3, 20 से 31-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 4 से 15-5, 20 से 31-5, 4 से 15-6, 19 से 30-6, 3-दिवसीय: 26 से 29-12, सामू. साधना: हर रविवार प्रातः 8 से 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

“विपश्यना धम्मगुना, ग्राम- पगारा, 12 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: 19 से 30-11, 10 से 21-12,

धम्मबल : जबलपुर (म.प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, भेड़ाघाट थाने से एक किलोमीटर, बापट मार्ग, भेड़ाघाट, जबलपुर. संपर्क: Whatapp No. 1) श्री गुलशन माकन, मोबा. 9425156895 2) श्री राजेन्द्र दुबे, मोबा. 7999341818, Email: dhammabalajabalpur@yahoo.co.in, 10-दिवसीय: 2022» 16 से 17-1, 13 से 24-2, 6 से 17-3, 3 से 14-4, 8 से 19-5, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, ० सतिपट्टन: 2022» 17 से 25-4, 2-दिवसीय: 4 से 6-2, 15 से 17-4, 10 से 12-6, 25 से 27-11, 1-दिवसीय: हर माह अंतिम रविवार,

धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ़)

विपश्यना केंद्र, थनौद, व्हाया-अंजौरा, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in, संपर्क: 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706, दस-दिवसीय: 2022» 3 से 14-1, 5 से 16-3, 3 से 14-4, 18 से 29-4, 12 से 23-6, 3 से 14-7, 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 14 से 25-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 1 से 12-10, 13 से 24-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ० सतिपट्टन: 2022» 15 से 23-1, 3-दिवसीय: 2022» 17 से 20-3, किशोरियों का शिविर: 2022» 29-5 से 6-6, 1-दिवसीय: 2022» 2-1, 1-5, 16-5, 26-6, 28-8, # बाल-शिविर: 2022» 27-3, 17-4, 3-5, 28-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022» 30-10, ∞ दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 2022» 30-1 से 2-3,

धम्मगढ़ : बिलासपुर (छत्तीसगढ़)

विपश्यना केंद्र, बिलासपुर शहर से 23 कि.मी. और कारगी रोड रेलवे स्टेशन से 8 कि.मी. की दूरी पर भरारी, व्हाया मोहनभाटा, ता. तखतपुर, जिला-बिलासपुर. मोबा. 9926326872, Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दस-दिवसीय: 2022» 6 से 17-1, 27-1 से 7-2, 10 से 21-2, 3 से 14-3, 31-3 से 11-4, 17 से 28-6, 7 से 18-7, 21-7 से 1-8, 7 से 18-8, 1 से 12-10, 1 से 12-12, 17 से 28-12, ० सतिपट्टन: 2022» 12 से 20-11, 3-दिवसीय: 2022» 17 से 20-3, किशोरों का शिविर: 2022» 5 से 13-6, 1-दिवसीय: 2022» 23-1, 3-4, # बाल-शिविर: 2022» 24-4, 1-5, 16-10, 27-11, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 2022» 9 से 30-9, संपर्क: 1) श्री एस मेश्राम, मोबा. 79748-34238, 2) श्री के के साहू, मोबा. 9752047511,

धम्मउत्कल : खरियार रोड (उड़ीसा)

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

धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, बारी मन्दिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दस-दिवसीय: 29-12 से 9-1, 2022» 12 से 23-1, 26-1 से 6-2, 9 से 20-2, 23-2 से 6-3, 23-3 से 3-4, 6 से 17-4, 20-4 से 1-5, 4 से 15-5, 18 से 29-5, 1 से 12-6, 15 से 26-6, 29-6 से 10-7, 14 से 25-7, 27-7 से 7-8, 31-8 से 11-9, 14 से 25-9, 28-9 से 9-10, 12 से 23-10, 27-10 से 7-11, 9 से 20-11, 23-11 से 4-12, 7 से 18-12, 21-11 से 1-1, ० सतिपट्टन: 2022» 8 से 16-3, 16 से 24-8, 3-दिवसीय: 2022» 17 से 20-3, 25 से 28-8, # बाल-शिविर: 2021» 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 एकजीव्युटिव 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>

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 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

एक-दिवसीय शिविर या सामूहिक सत्तों का आयोजन ऑनलाइन होगा

रविवार: 9 जनवरी, 2022 को पूज्य माताजी की 6वीं पुण्यतिथि और सयाजी ऊ बा खिन की 51वीं पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में पगोडा में होने वाला महाशिविर या सामूहिक साधना का आयोजन ऑनलाइन होगा। इसकी समय-सारिणी और लिंक बनते ही आपको सूचित किया जायगा। इस प्रकार एक साथ तपने (समगगानं तपो सुखो)— का लाभ उठाएं। (फिलहाल पगोडा में हर रोज एक-दिवसीय शिविर होता है।) संपर्क: 022-2845 1170, 022-6242 7544- Extn. no. 9, मो. 82918 94644. (प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक)

सूचना: कोविड-19 की स्थिति के अनुसार कोविड-नियमों का पालन करना अनिवार्य है। छूट मिलते ही समय पर जानकारी उपलब्ध करायी जायगी।

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

ज्योत जगे फिर धर्म की, दूर होय अँधियार।
बहुजन का हित-सुख सधे, हो बहुजन उपकार ॥
फिर से गूजे गगन में, शुद्ध धरम का घोष।
दूर होंय दुख दर्द सब, दूर होंय सब दोष ॥
बजे धरम की दुन्दुभी, गूजे चारों कोण।
भीषण भयरव, पाप रव, सब हो जावें मौन ॥
धरती पर फिर धर्म की, अमृत वर्षा होय।
शाप ताप सबके धुलें, अंतस शीतल होय ॥

केमिटो टेक्नोलॉजीज (प्रा0) लिमिटेड

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

फोन: 2493 8893, फैक्स: 2493 6166

Email: arun@chemito.net

की मंगल कामनाओं सहित

दूहा धरम रा

स्वदरसन रो पथ मिल्यो, मंगळ जग्यो अनंत।
टूट्या बंधन दुक्ख रा, पंथ चलंत चलंत ॥
चित्त निपट निस्चल हुवै, निरमळ हुवै निराट।
इसो पंथ है धरम रो, इसी विपस्सना बाट ॥
बै गळियां अब छूटगी, ज्यां मँह थो अँधियार।
इब तो पायो राजपथ, किसो'क हुयो सुधार ॥
कम खाणो, कम सोवणो, काया वाणी मौन।
मार न बिचलित कर सकै, ज्युं परबत नै पौन ॥

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, मार्गशीर्ष पूर्णिमा, 19 दिसंबर, 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: 19 DECEMBER, 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>