



विपश्यना

साधक (मराठी)

बुद्धवर्ष २५६४ कार्तिक पौर्णिमा, (ऑनलाइन), ३० नोव्हेंबर, २०२०, वर्ष ४ अंक १०

वेगवेगळ्या भाषेतील पत्रिकांसाठी पाहा: http://www.vridhamma.org/Newsletter_Home.aspx

E-Newsletter

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

वार्षिक शुल्क रु. ३०/-
आजीवन शुल्क रु. ५००/-

धम्मवाणी

मगगानट्टुङ्गिको सेट्ठो, सच्चानं चतुरो पदा।

विरागो सेट्ठो धम्मानं, द्विपदानञ्च चक्खुमा॥

धम्मपदपाळि-२७३, मगवग्गो

मार्गामध्ये अष्टांगिक मार्ग श्रेष्ठ आहे, सत्यांमध्ये चार आर्य-सत्य, धर्मांमध्ये वीतरागता श्रेष्ठ आहे, (देवमनुष्यादि) द्विपदांमध्ये चक्षूमान बुद्ध.



इथे काही नवीन, सात्विक
आणि लाभदायक निर्माण कार्य
होत आहे. जी लोक इथे कार्यरत
आहेत, त्यांनी लक्षात ठेवावे की
काम करताना दृश्य आणि
अदृश्य सर्व प्राण्यांच्या प्रति मैत्री
भाव राहो. कोठलीही जीव हत्या
जाणून-बुजून होऊ नये. मी
जाणून बुजून कोणत्याही
प्राण्याला कष्ट देणार नाही.
सत्यनारायण गोयंका

पूज्य गुरुजी आणि पूज्य माताजी निर्माणाधीन केंद्राच्या जमिनीला मंगल मैत्री देताना निर्देश देत आहेत. अशाच प्रकारे कोठे थोडीशी सुद्धा आग लागली तर तिला लगेच विझवण्यासाठी सर्वांना पळवत असत. कारण आग लागल्याने तिच्यात असंख्य प्राण्यांची हत्या होते.



पूज्य गुरुदेव श्री सत्यनारायण गोयंकाजी यांनी आपले धर्मपिता सयाजी ऊ बा खिन यांच्या निर्देशानुसार विपश्यनेचे जे पहिले शिबिर ३ ते १३ जुलै १९६९ पर्यंत भारतातील मुंबई येथील पंचायती वाडीमध्ये आयोजित केले त्याचे विवरण त्यांनी आपल्या धर्मपित्याला इंग्रजीमध्ये ८ जुलै १९६९ ला लिहिले. त्याचे अनुवादित आणि संपादित संस्करण साधकांच्या हितार्थ येथे प्रस्तुत केले आहे.

— संपादक

पूज्य गुरुजींचे सयाजींना लिहिलेले पहिले पत्र

मुंबई, ८ जुलै १९६९

परम आदरणीय सयाजी व माता सयामा,
सादर वंदन!

या आधी मी आपल्याला कोणतेही पत्र लिहू शकलो नाही त्याबद्दल क्षमस्व. तशातही आपला वरदहस्त सतत माझ्या डोक्यावर असतो, विशेष करून साधनेच्या दरम्यान आणि कठीण परिस्थितीमध्ये, जी यावेळी खूप आहे. आपल्या आशीर्वादामुळे मी पुढे जाण्याची हिंमत करीत आहे.

ज्या दिवशी सकाळी मी बर्मा सोडून आपणाद्वारा दिल्या गेलेल्या धर्माचा ध्वज घेऊन त्याच्या उद्गम स्थानी भारतात आलो, त्याच दिवशी मध्य देशात म्हणजेच उत्तर भारतात विभिन्न भागांमध्ये भूकंपाचे छोटे धक्के बसल्याचे जाणवले. त्याचप्रमाणे मागच्या गुरुवारी ३ जुलैला जेव्हा विपश्यनेचे पहिले शिबिर सुरु होणार होते, तेव्हा तेथे मुसळधार पाऊस झाला आणि या मोठ्या शहराचा अधिकांश भाग जलमय झाला. वाहतुकीच्या व्यवस्थेवर वाईट परिणाम झाला.

जेव्हा मी रंगूनमध्ये होतो तेव्हा माझ्या आई-वडिलांच्या धर्मोत्थानासाठी मनामध्ये मोठा धर्मसंवेग जागला की कसे मी धर्ममार्गामध्ये त्यांची मदत करू. पण जेव्हा येथे पोहोचलो तेव्हा सत्य काही वेगळेच होते. आई-वडिलांची उदासीनता बघून निराशा हाती लागली, कारण ते आपल्या जुन्या धर्मचर्येला सोडण्यास तयार नव्हते.

परंतु छोटा भाऊ श्यामसुंदरसाठी मला हे सांगावे लागेल की आनंद मार्गात सखोलपणे सक्रिय असूनसुद्धा त्याने कधीही आई-वडिलांना आनंद मार्ग स्वीकारण्यासाठी दबाव टाकला नाही आणि ना कधी त्यांना विपश्यनेच्या साधना शिबिरामध्ये जाण्यासाठी अडविले. मी पण त्यांच्यावर माझ्या इच्छा थोपू शकत नव्हतो, परंतु आपल्या मैत्रीच्या फल स्वरूपाने एक सकारात्मक संकेत मिळाला की चि. श्यामबिहारी, कन्या विमला व चि. शिव (हे तिघेही सयाजींकडून साधना शिकून हायस्कूलच्या शिक्षणांतर पुढील शिक्षणासाठी भारतामध्ये आले होते) या तिघांबरोबर सकाळ संध्याकाळच्या ध्यान साधनेत हे दोघेही माझ्याबरोबर बसू लागले. एक आठवड्यापर्यंत धैर्यपूर्वक आपल्या आई-वडील, भाऊ आणि भाच्यांना मैत्री देत राहिलो. मैत्रीच्या तरंगांनी माझ्या आईवर सुखदायक प्रभाव टाकण्यास सुरुवात केली. लवकरच तिच्या पूर्ण शरीरात अनित्यबोधाची संवेदना अनुभवास आली. परंतु वडिलांनी रंगूनमध्ये



विपश्यनेचा अभ्यास केला नव्हता, त्यामुळे त्यांची गोष्ट वेगळी होती.

धर्म परत आला

आठवडा संपता संपता बालचंद एक प्रस्ताव घेऊन आला की मी मुंबईमध्ये ध्यानाचे शिबिर लावले पाहिजे, ज्यामध्ये जुने आणि नवीन मिळून कमीत कमी १५ साधक अवश्य सामील होतील. माझा एक उत्साही भाचा की जो माझ्या भावाच्या फर्म मध्ये नोकरी करीत होता. त्याने जागा, भोजन आणि इतर आवश्यकतांची व्यवस्था करण्याचा विडा उचलला. मी या प्रस्तावाचा स्वीकार केला आणि चेंडू योग्य दिशेने जाऊ लागला, जो शेवटी मला या धर्मशाळेमध्ये घेऊन आला, जी शहरातील खूप गर्दीच्या, गडबड गोंधळाच्या ठिकाणी होती. यामधील एक मोठा हॉल, तीन खोल्या आणि एक स्वयंपाक घर आम्हाला दिले गेले. हे बर्माच्या मेम्पो सारखे नव्हते, जिथे आम्हाला पूर्ण धर्मशाळा शिबिरासाठी मिळाली होती. येथे तर एक पूर्ण मजला सुद्धा आमच्याजवळ नव्हता. आसपासच्या खोल्यांमध्ये तसेच तीन मजली इमारतीच्या अन्य खोल्यांमध्ये अन्य कुटुंब रहात होती. पहिल्या मजल्यावरील एका छोट्या भागावरच आमचा अधिकार होता, परंतु सौभाग्याने हॉलच्या वरती कुठलीही संरचना नव्हती. येथे एक मोठा हॉल आहे ज्याचा उपयोग मी विभिन्न उद्देशांसाठी करीत आहे. या मोठ्या हॉलमधल्या एका बाजूला पांढऱ्या पडद्याने विभाजित केले आहे, ज्याला मी माझ्या निवासासाठी आणि आरामासाठी वापरत आहे. पडद्या पलीकडे ध्यान-साधना आणि चेकिंग होत आहे आणि हॉलचा उर्वरित भाग पुरुष साधकांचे निवास स्थान आणि ध्यानासाठी आहे.

जे साधक यामध्ये संमिलीत झाले आहेत ते असे आहेत –

१) माझे पिता गोपीराम २) मोतीलाल ३) किशनलाल ४) बसंतलाल ५) मुरलीधर ६) लक्ष्मीनारायण, इनसीन टाउन शिप मधील एक मित्र आहेत जे ओरीसावरून ३ दिवस उशिरा पोहोचले. ७) भरत उर्फ मौ फो ८) नवागंतुक विजय, बाबू मंगलचंद यांचा नातू ९) लूणकरण, एक स्थानिक कपड्यांचे दलाल १०) बी.सी शाह, रंगून वरून आलेले एक मित्र सध्या मुंबई मध्ये एक औषध उद्योगपति आहेत. आणि ११) के.जी. शाह रंगूनचेच एक जुने मित्र, सध्या स्वतःला मुंबई मध्ये स्थाई करण्यासाठी खूप मेहनत घेत आहेत. बाजूच्या एका खोलीमध्ये १२) माझी आई कमला देवी १३) माझी सून मंजू, जी शिबिरामध्ये सामील होण्यासाठी थेट मद्रास वरून आली आहे. आणि १४) मुन्नी, बालचंदची कन्या आहे.

त्याच्या बाजूच्या एका खोलीमध्ये मी माझे कार्यालय बनविले आहे, जेथून मी हे पत्र लिहून घेत आहे. आणि इथेच, येणाऱ्या पाहुण्यांना भेटत आहे. तिसरी खोली आमच्या भोजन कक्षासाठी वापरत आहेत. स्वयंपाकघर खाली आहे. बाथरूमचा भाग धर्मशाळेच्या सर्व पाहुण्यांच्या वापरासाठी आहे. म्हणजेच ही सार्वजनिक सुविधा आहे. परंतु आम्ही भाग्यवान आहोत की आमच्यासाठी एक शौचालय (बाथरूम) राखीव आहे. या भागात खूप गर्दी असते परंतु ते अपरिहार्य आहे. इतर वैकल्पिक ठिकाणामध्ये अजूनच उणीवा होत्या, त्यापेक्षा ही धर्मशाळा त्यांच्या तुलनेने चांगली वाटली. तसे खाली रस्त्यावर वाहतुकीच्या वर्दळीमुळे आणि आजूबाजूच्या व्यापारीक दुकानांमुळे आणि गोदामांमुळे खूप आवाज आहे. लाउडस्पीकर मधून जोराचे आवाज येत असतात तर आजूबाजूच्या घरातून फिल्मी गाणी आणि रेडीओवरील कार्यक्रमांचे आवाज येत असतात. हा तर आपल्या आशीर्वादाचा आणि धर्माचाच महिमा आहे की मी ध्यानासाठी अशी अनुपयुक्त जागा स्वीकार करण्याची हिंमत केली. आपली मैत्रीच आहे जी मला येथे शिबिर संचालनासाठी अतुलनीय शक्ती प्रदान करीत आहे. ट्रंक-कॉल वर आपल्या

आशीर्चनाच्या ऊर्जेमुळे मला खूप बळ मिळाले आणि मी पूर्ण विश्वासाने सफलतेच्या मार्गावर पुढे गेलो.

खरंतर आतापर्यंत शिबिर सुरळीतपणे चालू आहे आणि आशा आहे की पुढचा आठवडापण याच प्रकारे सफलतापूर्वक संपन्न होईल. सर्वात मोठी बाब हीच आहे की माझे आई-वडील स्वेच्छेने या शिबिरात सामील होण्यासाठी तयार झाले. वडिलांनी तर अशी घोषणा केली की जर त्यांना संवेदना मिळाली नाही तर ते त्वरित शिबिर सोडून जातील. चांगले झाले की इतरांबरोबर त्यांनासुद्धा संवेदना मिळालीच. ते आज सकाळपासूनच अनित्यबोधाबरोबर गंभीर साधना करत होते की अचानक माझ्या कार्यालयाच्या आत आले आणि तक्रार केली की त्यांना सर्व शरीरामध्ये तीव्र ज्वलन अनुभव होत आहे आणि हा गरमपणा त्यांना असह्य होत आहे. अनित्य! अनित्य! अनित्य! खरंच किती अनित्य आहे! गुरुदेव आणि माता सयामा! काय हे सगळ समभावाने पाहणे आपल्या अनुग्रहपूर्ण आशिर्वादाशिवाय आणि मैत्रीशिवाय शक्य झाले असते का?

आई-वडील सोडून सर्व जुन्या साधकांना मी रविवार दि. ६ जुलैला दुपारी २ वाजता सफलतापूर्वक विपश्यना दिली आणि मग आला तो शुभ दिवस सोमवार ७ जुलै १९६९ जेव्हा आपल्या तात्कालिक मार्गदर्शनानुसार मी माझे आई-वडील आणि अन्य सर्व नव्या साधकांना विपश्यना देणे सुरु केले. हे कार्य मी ७:३० वाजता सुरु केले आणि छोट्या-छोट्या समूहांमध्ये १० वाजेपर्यंत पूर्ण केले. प्रत्येक साधकाला निर्वाण-धातूची झगमगती धर्मज्योती मिळाली, जीला बुद्धांच्या या पवित्र धरतीने गेल्या २००० वर्षांपूर्वी गमावले होते. धन्य झाला हा ध्यान कक्ष, धन्य झाली ही धर्मशाळा, धन्य झाले मुंबई शहर, धन्य झाले हे पवित्र भारत वर्ष जे कित्येक शतकांपासून आपल्या गमावलेल्या धर्मरत्नाला पुन्हा प्राप्त करून घन्य झाले. उत्कर्षाच्या मार्गावर पुन्हा एकदा चालू लागले.

धन्य झाला भारत

मी मला स्वतःला धन्य मानतो की मला धर्माने या महत्त्वपूर्ण कार्यासाठी निवडले आणि आपल्या पावन ज्वलंत ऊर्जेने मला माध्यम बनवून या निवडलेल्या साधकांवर निर्वाण धातूची वर्षा केली. मन उत्साहाने भरून गेले, ज्याला व्यक्त करणे माझ्यासाठी संभव नाही.

मी आपल्याला, माता सयामांना आणि त्या सर्व देव-ब्रम्हांना या महान पुण्यात भागीदार करतो जे शासनाची निर्विघ्न रक्षा करीत आहेत आणि आपल्या जन्मभूमी भारतात याला पुनः प्रस्थापित करण्यासाठी आमची मदत करीत आहेत. चिंरकाळापासून ऋणी असलेला बर्मा भारताच्या या ऋणाला चुकवीत आहे जे अपेक्षित होते. मी ऊ छिट टीन, बाबूलाल आणि अन्य सर्व धर्म बांधवांना जे केंद्रामध्ये आपल्याबरोबर कार्यरत आहेत, विशेषकरून ऊ छिट टीन यांच्या परिवारातील सदस्य, गोयन्का परिवार, ऊ बा फो, डॉ डाव तै ची, ऊ तै जा, ऊ सा मिये आंग, डाव ल्विन तान (ही सगळी बर्मी नावे आहेत) या सर्व लोकांना ज्यांना मी व्यक्तिगत रुपात लिहू शकत नाही, त्या सर्वांना आपल्या पुण्यात सहभागी करून घेतो. अम्या! अम्या! अम्या! (= पुण्य वितरणाचे बर्मी उच्चारण)

३ जुलैला जेव्हा हे शिबिर सुरु होणार होते त्याच दिवशी मी येथील स्थानिक महाबोधि सोसायटीचे प्रमुख भिक्षू धम्मानंद यांना भेटलो. ते आपल्या काही मित्रांबरोबर शिबिरात भाग घेण्यासाठी अति उत्सुक होते. परंतु कमीत कमी तीन ते चार दिवस शिबिराच्या ठिकाणी पोहोचू शकत नव्हते. माझ्यासाठी इतके दिवस थांबून राहणे संभव नव्हते. आता त्यांना कुठल्यातरी पुढच्या शिबिरापर्यंत वाट पहावी लागणार होती.

प्रिय शंकर मद्रासमध्ये आयोजित होणाऱ्या पुढच्या शिबिराच्या



व्यवस्थेत लागला आहे. तेथील भिक्षू नंदेश्वरजी कोठे बाहेर गेले आहेत, त्यांनी उपयुक्त ध्यान सुविधांसह एक नवे विहार बनविले आहे आणि मला सांगितले गेले आहे की शंकर पुढच्या शिबिराचे आयोजन याच विहारात करण्याची अनुमती घेण्यासाठी प्रयत्न करीत आहे.

भिक्षू काश्यपजी खूप दिवसांपासून मला पत्र लिहीत होते. त्यांनी नालंदा येथे एक ध्यान विहार बनविले आहे, ज्यात ते विपश्यना ध्यान शिकवण्यासाठी अति उत्सुक होते. त्यांनी बनारस हिंदू विश्वविद्यालयच्या पाली विभागाच्या अध्यक्षीय रूपात तसेच बनारस संस्कृत विश्वविद्यालय येथे दिलेल्या आपल्या या सेवेच्या फलस्वरूप अर्जित पूंजी मधून जवळ जवळ रु. ३५००० आपल्या या स्वप्नाला साकार करण्यास लावले आहेत. त्यांना वाटत होते की बर्माहून कोणी विपश्यना आचार्य यावा आणि त्याने येथे येऊन विपश्यनेचे शिबिर लावावे.

परंतु अतिउत्साहामुळे त्यांनी या केंद्रावर अन्य प्रकारच्या साधना शिकवण्यासाठी अनुमती देऊन टाकली. अशाप्रकारे विपश्यना साधनेच्या तीव्र इच्छेने त्यांनी एक चुकीचे वळण दिले. कुठल्याही परिस्थितीत त्यांना आपले ध्याना संबंधीचे स्वरूप साकार करायचे होते. त्यांना शांती हवी होती. मी त्यांना पत्र लिहिले की मी भारतात आलो आहे आणि त्यांनी मला आग्रह पूर्वक नालंदा येथे येण्यासाठी आमंत्रित केले आहे. ऑगस्टमध्ये ते जपानला जाणार आहेत परंतु सप्टेंबर मध्ये नालंदात असतील. मी आपला कार्यक्रम त्यानुसारच बनवीन. परंतु त्यांच्या मागणीसाठी आपल्या अनुमतीशिवाय कोणतेही शिबिर लावू शकत नाही. याच प्रकारे अनागारिक मुनींद्र यांनी सुद्धा धर्म शिकण्यासाठी माझ्याकडून दहा दिवसांचा वेळ मागितला आहे. यामध्ये आपल्याला कोणतीही आपत्ती नसेल कारण आता ते भिक्षू नाहीत, एक साधारण माणूस आहेत, जरी पूर्वी ते महासी सयाडोंचे शिष्य होते. भिक्षू धर्मरक्षित आणि डॉ. रेवत धम्म मला सारनाथ आणि वाराणसीहून लिहीत आहेत की ते ध्यानाच्या १० दिवसांच्या शिबिरासाठी स्थानिक धर्मशाळेची व्यवस्था करत आहेत. परंतु हे स्पष्ट होत नाही की त्यांच्याकडे शिबिरात सामील होण्यासाठी पर्याप्त साधक आहेत की नाहीत.

माझा नमस्कार स्वीकार करावा. कलकत्त्याहून येत असताना मी महाबोधी सोसायटीचे भिक्षू जिनरतनजींना भेटलो आणि त्यांना आपल्याकडून एक जोडी चीवर दान दिले. चीवरची दुसरी जोडी मी आपल्याकडून सारनाथचे भिक्षू धर्मरक्षितजींना पाठवली आहे. उरलेले दोन जोडी चीवर माझ्याकडेच आहेत. त्यातून एक भिक्षू नंदेश्वरजी यांच्यासाठी ठेवले आहे जे आता मद्रासमध्ये नाहीत आणि लवकरच परत येतील. चौथे चीवर कोण्या अन्य उपयुक्त भिक्षूसाठी सुरक्षित ठेवले आहे.

आदरणीय गुरुदेव आणि माता सयामा, लिहिण्यासाठी तर खूप सारे आहे परंतु वेळ कमी आहे आणि काम खूप जास्त. मी आपल्या रोजच्या अनुभवांचा लेखाजोखा लिहिण्यासाठी एक डायरी ठेवू इच्छित होतो परंतु हे असंभव वाटत आहे. साधकांना तपासणे, त्यांना योग्य मार्गदर्शन, त्यांच्या प्रश्नांची उत्तरे आणि देशातील भिन्न भागातून येणाऱ्या पत्नींची उत्तर देण्यातच वेळ असा निघून जातो की कळतच नाही.

शिबिरात भाग घेण्यासाठी एक साधक राती १.३० वाजता पोहोचला ज्याची वाट बघत मी जागाच होतो. सकाळ होण्याच्या काही तास पूर्वीच मी झोपू शकलो. परंतु या सर्व परिस्थितीमध्ये गुरुदेव आपल्या उपस्थितीचा अनुभव सतत येत असतो, बरोबरच सयातेजी तसेच शासनाची रक्षा करणारे अन्य सगळे देव-ब्रह्मदेव तसेच माता सयामा यांची उपस्थिती सुद्धा सतत जाणवत असते.

आनापानाच्या पहिल्या तीन दिवसांपर्यंत धम्म-धातु आणि

नकारात्मक शक्तींमध्ये जबरदस्त संघर्ष झाला. विकारांच्या बाहेर निघण्यामुळे काही साधकांच्या आत जोरात उथल-पुथल झाली. काहीजणांना जबरदस्त उलट्या, ताप आणि अन्य त्रास झाले. परंतु विपश्यना मिळाल्यानंतर हे सगळं थांबलं, जसे की मोठ्या तुफानानंतर नौकायन सरळ होऊन जाते. निसंदेह काही लोक खूप संतोषजनक प्रगती करत आहेत, जेव्हा काही असे पण आहेत जे आत्तासुद्धा अवरोधांचा सामना करीत आहेत. काही काही जणांना १००० वॅट सारखा विजेच्या ज्वलंत प्रकाशाचा अनुभव आला, तर काही जणांना प्रकाशाची शितल झिलमिल लहर दिसली, तर काही अन्य जणांनी सुखदायक निमित्तांना पाहिले. काहीजणांनी सखोल आंतरिक शांतीबरोबर प्रीती, सुख आणि प्रश्रब्धीचा अनुभव केला. यालाच इथले काही लोक ब्राह्मी आनंद म्हणतात. एक साधक तर यातच अडकला. यालाच सर्वोच्च लक्ष्याच्या रूपात पाहू लागला. मला हे समजावण्यात वेळ लागला की हे एक मिडवे रेस्ट हाऊस म्हणजे मधली धर्मशाळा आहे, ना की मुक्तीचे अंतिम लक्ष्य.

हळूहळू दिव्य-ज्योती, दिव्य-ध्वनी, दिव्य-दर्शन आणि प्रीती-सुख-आनंद हे सगळे अडथळे समाप्त होत आहेत आणि साधक धर्मप्रज्ञेसहित पुढे जात आहेत. अजूनसुद्धा सत्य आणि असत्य, प्रकाश आणि अंधकार, पाप आणि पुण्य (वाईटपण-चांगलेपण), सकारात्मक आणि नकारात्मक शक्तींमध्ये, विद्या आणि अविद्या (ज्ञान आणि अज्ञान) यामध्ये संघर्ष सुरू आहे. परंतु शेवटी आपल्या मैत्री आणि मार्गदर्शनामुळे सत्याचा विजय निश्चित आहे.

समस्त आदरभावनायुक्त आपला,

ऊ गोयन्का



पूज्य गुरुजींच्या भारत आगमनानंतरचे अनुभव

विश्व विपश्यनाचार्य पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयन्का शुद्ध धर्माच्या संपर्कात आल्यापासून त्यांच्या प्रारंभीच्या जीवनाविषयी अनेक लेख छापले. आता ते भारतात आल्यानंतर विपश्यना शिकवणे आरंभ केल्यावर त्यांना जे अनुभव आले किंवा त्यांनी जी शिकवण दिली तिला प्रकाशित करत आहोत. त्याच शृंखलेत प्रस्तुत आहे—
आत्म-कथन भाग- २ ची क्रमशः वीसावी शृंखला—

शिबिर खर्चाबद्दल उद्भवलेल्या शंका

त्या दिवसात फार मोठ्या संख्येने हिप्पी शिबिरात येऊ लागले. फायदा होत होता तर का नाही येणार? परंतु विपश्यना विद्येचा एक नियम आणि धर्म असा आहे की, शिकविणारासुद्धा आपला साधारण खर्च सुद्धा साधकांकडून घेत नाही. उलट त्या बदल्यात स्वतः थोडेफार दान देतो. त्यामुळे एकीकडे साधकांची संख्या वाढू लागली आणि दुसरीकडे असा प्रश्न उभा राहिला की जर शिकविणाराही स्वतः खर्च करतो तर शिबिराचा खर्च कोण करतो? निश्चितच कोणती तरी परदेशी संस्था या खर्चाचे ओझे उचलत असणार. विशेषतः ईसाई नेत्यांना अशी शंका आली की मी साधनेच्या निमित्ताने लोकांचे धर्मांतर करून त्यांना बौद्ध धर्मात आणण्याचे काम करीत आहे. हे तपासण्यासाठी अमृतसरमधील एका ईसाई मिशनरीचे तीन प्रमुख पुढारी मला भेटण्यासाठी डलहौजीला आले. त्याच दिवशी शिबिराची सुरुवात होत होती. मी त्यांना सांगितले की संभाषण करून काहीही समजणार नाही. आता येथपर्यंत आलेलेच आहोत तर या शिबिरात दहा दिवस बसून स्वतः तपासा की मी काय करतो आणि काय शिकवितो? ते तिचेही



शिविराला बसले. माझ्या शिकविण्याचा नियम असाही आहे की माझ्या प्रवचनात प्रत्येक संप्रदायातील गुरुंच्या ज्या चांगल्या गोष्टी आहेत त्या मी प्रकाशित करतो. यासंबंधी जीजस क्राइस्टच्या गुणांची चर्चा करीत असतांना त्यांच्या प्रेम आणि करुणेचा उल्लेख केला. शिविर समाप्त झाल्यानंतर त्या तिघांपैकी एक सुपिरिअर मदर मेरी म्हणाली, “Goenka! you are teaching Christianity in the name of Buddha.” म्हणजे गोंयन्काजी, तुम्ही बुद्धांच्या नावावर ईसाई धर्म शिकवित आहात. माझ्या हेतूमध्ये कोणताही दोष नाही. मी कोणत्या संप्रदायाची स्थापना करीत नाही, उलट धर्माची स्थापना करतो जो सर्वांचा आहे. ही गोष्ट आता सर्वत्र पसरू लागली.

या ईसाई संस्थेची शंका दूर झाली. पण आणखी एक नवा प्रश्न उभा राहिला. भारत सरकारलाही वाटले की मी कोणत्या तरी परदेशी संस्थेमार्फत शिविर संचालनाचे काम करीत आहे. ही शंका दूर करण्यासाठी त्यांनी शिविरात हेर पाठविले. त्यापैकी एकाने हे सत्य माझ्यासमोर प्रकट केले की आम्हाला तुमची तपासणी करण्यासाठी पाठविले आहे. परंतु यामध्ये आम्हाला कोणताही दोष दृष्टीस पडला नाही. कोणत्या परदेशी संस्थेचा हात आहे हेही नजरेस आले नाही. तरीही सरकारचा शोध दीर्घकाळपर्यंत चालू राहिला.

पासपोर्ट आणि नागरिकत्व

मध्यंतरी आणखी एक घटना घटली. फार मोठ्या संख्येने परदेशातील हिप्पी शिविरात येऊ लागले तेव्हा त्यांनी मागणी केली की त्यांच्या देशात जाऊन शिविर लावावे. म्हणजे त्यांचे आई-वडील तसेच मित्र-परिचित जे भारतात येऊ शकत नाही ते तेथील शिविरात सामील होऊन लाभान्वित होतील. गुरुदेवांचे म्हणणेही होते की धर्म भारतातच नाही तर संपूर्ण जगात पसरले. म्हणून फ्रान्स देशातील साधकांची मागणी आली की फ्रान्समध्ये शिविर लावावे. शिविर निश्चित झाले. परंतु बर्मी सरकारच्या नियमानुसार माझ्या पासपोर्टवर एकाच देशाची इंडोर्समेंट होती. मी भारतात माझ्या आईच्या सेवेसाठी आलो होतो. म्हणून इंडोर्समेंट फक्त भारतासाठीच होती. त्यावर दुसऱ्या देशात जाण्याची परवानगी नव्हती. तेव्हा समोर फक्त एकच मार्ग होता की मी बर्मी नागरिकत्व सोडून भारताचा नागरिक झालो तर जगातील कोणत्याही देशात जाण्याची सवलत मिळेल. परंतु भारतात माझ्या हालचालींबाबत गैरसमज निर्माण झाला होता. भारताचे हेर येत होते व ते त्यांचा अहवाल देत होते. त्यापैकी एकाने मला स्पष्टपणे सांगितले की, तुमच्यावर सरकारची शंका आहे, म्हणून केस बंद झाली नाही, चालतच राहिली. त्याने मला भारतीय नागरिकत्व मिळण्यास अडचणी आल्या. मला भारतीय पासपोर्ट मिळाला तरच मी परदेश दौरा करू शकेन.

असा योगायोग झाला की त्या वेळी भारताचे पंतप्रधान श्री. मोरारजीभाई देसाई होते. माझे एक नातलग त्यांना भेटण्यास गेले. त्यांनी सांगितले की तपासणी चालू आहे. म्हणून आता नागरिकत्व देऊ शकत नाही. माझे नातलग श्री. मोरारजीभाई देसाईंचे मित्र होते. त्यांनी सांगितले, मी यांची तपासणी केली नसती तर माझ्या पुतणीचा विवाह यांच्या घरात कशाला केला असता? हे ऐकून श्री. मोरारजीभाई देसाई निष्प्रभ झाले. त्यांनी ताबडतोब नागरिकत्व देण्याचा आदेश मंजूर केला.

फ्रान्समध्ये पहिले शिविर

मला भारतीय नागरिकत्व मिळाले आणि फ्रान्समध्ये जे पहिले

शिविर निश्चित केले होते त्यापूर्वीच व्हिसासुद्धा मिळाला. तेथे जाऊन दोन शिविरांचे संचलन केले. त्यानंतर दोन शिविरे यू. के. मध्ये आणि एक कॅनडामधील मांट्रिअलमध्ये घेतले.

परंतु यामुळे आणखी एक अडचण उभी राहिली. बर्मी सरकारचा एक नियम होता की जर एखाद्या व्यक्तीने नागरिकत्व बदलविले तर तो देशासाठी बेईमान झाला. त्यामुळे म्यंमामध्ये जाण्यासाठी व्हिसा मिळू शकत नव्हता, ट्रांझिट व्हिसासुद्धा नाही. भारतीय नागरिकत्व मिळाल्यामुळे परदेशात जाण्याची सवलत तर मिळाली पण माझ्या मातृभूमीपासून वंचित झालो. या गोष्टीचे मला खूप दुःख नव्हते. ज्या उद्देशाने मी बाहेर पडलो होतो त्याची पूर्तता होत आहे, हीच मोठी समाधानाची गोष्ट होती.

अमेरिकेमध्ये पहिले शिविर

अमेरिकेत पहिले शिविर घेतले. शिविर समाप्त झाल्यानंतर मला समजले की जी लोक शिविरात सामील झाली होती त्यांच्याकडून पैसे वसूल केले गेले होते. मी सांगितले, पुढची सर्व शिविरे रद्द करीत आहे आणि जोपर्यंत तुमच्याजवळ शिविर घेण्याएवढे आवश्यक पैसे नसतील तर शिविर होणार नाहीत. हे ऐकून तेथील एक महिला कु. केट प्राट हिने एक मोठी रक्कम आणून दिली आणि सांगितले, हे मी दिलेले दान आहे. त्याच्या बदल्यात मला कशाचीही अपेक्षा नाही. त्यानंतर तेथील सर्व शिविरे घेणे सोपे झाले. शिविराच्या शेवटी जे दान मिळते ते पुढच्या शिविरासाठी जमा केले जाते. अशा प्रकारे परदेशातही निःशुल्क शिविरे घेण्याचे काम सुलभ झाले आणि सर्व शिविरे यशस्वी होत राहिली.

माझ्या बाबतीत पसरलेल्या अफवा

मी जगातील वेगवेगळ्या देशात जाऊन शिविरे घेत होतो. मध्यंतरी एक मोठा अप्रिय प्रसंग घडला. गुरुदेवांच्या निकट संपर्कात असलेल्या एका व्यक्तीने अशी अफवा पसरविली की सयाजी ऊ बा खिन यांनी त्यांचे कृपाछत्र माझ्या डोक्यावरून काढून टाकले आहे. ते आता मला आशीर्वाद प्रदान करणार नाहीत. या गोष्टीमुळे मोठा धुमाकूळ माजला. मी साधकांना काय सांगू? ज्या साधिकेच्या घरी मी राहत होतो ती अफवा पसरविणाऱ्याची अनुयायी होती. तिला वाटले की मला धर्मकार्य करण्यापासून काढून टाकले आहे. म्हणून सयाजींनी आपले कृपाछत्र माझ्या डोक्यावरून काढून टाकले आहे. आता माझी शिविर कशी यशस्वी होतील?

दुसऱ्या दिवशी शिविर सुरू होणार होते. ती म्हणाली, आता आलेलाच आहात तर शिविर सुरू करू. शिविर सुरू झाले आणि लोकांनी पाहिले की ते शिविर खूप यशस्वी झाले. सर्व लोक आनंदित झाले. अफवा खोटी ठरली. ती अफवा पसरविणाऱ्याला मान खाली घालावी लागली. गुरुदेवांचा आशीर्वाद नेहमीच माझ्याबरोबर राहिला आणि आताही आहे. अडथळे येत होते आणि त्यांचे निराकरणही होत होते. ही गुरुदेवांचीच कृपा होती. त्यानंतर सर्व शिविरे सफलतापूर्वक संपन्न होत राहिली. जगात ज्या-ज्या ठिकाणी शिविरे घेतली ती सर्व अत्यंत यशस्वी झाली. कोठे काही अडथळे आले नाहीत.

म्यंमामध्ये राष्ट्रीय सन्मान

मी एक शिविर भारतात जयपूरच्या विपश्यना केंद्रात घेतले होते. सुदैवाने त्या वेळी म्यंमाचे माजी प्रेसिडेंट ऊ मौं मौं त्यांच्या मुलीला भेटण्यासाठी भारतात आले होते. त्यांची मुलगी भारतात बर्मी



एम्बेसीमध्ये नोकरी करीत होती. भारतात आल्यावर त्यांनी माझ्याविषयी आणि विपश्यनेविषयी ऐकले. म्हणून मला भेटण्यासाठी ते जयपूरला आले. त्याच दिवशी जयपूरचे शिबिर सुरु होणार होते. संभाषणाने प्रभावित होऊन ते त्यांच्या मुलीबरोबर शिबिरात बसले. त्या शिबिरामुळे ते एवढे प्रभावित झाले की त्यांच्या देशात परत गेल्यावर माझी आणि विपश्यनेची खूप प्रशंसा केली. जरी ते प्रेसिडेंटच्या पदावरून निवृत्त झालेले होते तरीही तेथील शासनात त्यांचे खूप वजन होते. त्यांनी तेथील लोकांना सांगितले की मी शिबिरामध्ये म्यंमामधीलच विपश्यना शिकवित आहे आणि म्यंमाचा सन्मानही करीत आहे. ही तर आपल्यासाठी मोठी गौरवाची गोष्ट आहे. म्हणून त्यांना आपल्या देशात बोलावून त्यांचा सन्मान केला पाहिजे.

त्यानंतर काही दिवसांनी ऑस्ट्रेलियामध्ये सिडनीजवळ माझे एक शिबिर सुरु होते. त्या शिबिरात बर्मी राजदूताचा मला दूरध्वनी आला की ऑस्ट्रेलियातून सरळ भारतात न जाता काही दिवसांसाठी म्यंमामध्ये येऊन नंतर भारतात जावे. मी आश्चर्यचकित झालो. म्हटले तर मी म्यंमासाठी बेईमान ठरलो होतो आणि आता पाहुणा म्हणून बोलावला जात होतो. मी सांगितले, मला व्हिसा कोण देणार? राजदूत म्हणाला, व्हिसा तर मी देईन. तुम्ही सरकारी पाहुणे म्हणून तेथे जाणार आहात. अशा प्रकारे म्यंमामध्ये मोठ्या धुमधडाक्याने माझे स्वागत केले गेले. हा खरा तर धर्माचाच सन्मान होता.

भिक्षुच्या एका मोठ्या सभेत मला माझे विचार मांडायचे होते. मी सांगितले की, भगवान बुद्धांनी कधी बौद्ध धर्म शिकविला नाही. त्यांनी धर्म शिकविला, जो सर्वांचा असतो. बर्मी भाषेत धर्माला टया म्हणतात. ‘टया ना थौं मै’ - म्हणजे धर्माचे प्रवचन ऐकीन. ‘टया ठाई मै’ - धर्माच्या साधनेत बसेन. कोठेही बौद्ध टया म्हणत नाहीत. आमच्या माथी बुद्धिझ्म - थोपला गेला. आम्हाला असे काही करायचे नाही. यामधून बौद्ध शब्द काढून टाकला पाहिजे. म्यंमामधील विद्वानांनी या विवेचनाला बुद्धवाणीशी तपासून पाहिले आणि ते फार आनंदित झाले की, माझे म्हणणे किती खरे आहे. अशा प्रकारे माझ्यावर लागलेला प्रतिबंध दूर झाला आणि धर्मप्रसाराचे काम पुढे नेणे खूप सोपे झाले. म्यंमामधील भिक्षुसंघाचा आशीर्वाद मिळाला आणि सर्वात मोठी आनंदाची गोष्ट अशी आहे की मला माझ्या मातृभूमीमध्ये येण्या-जाण्याचा मार्ग खुला झाला. म्यंमामधील भिक्षुंनी या गोष्टीचा स्वीकार केला की भगवान बुद्धांनी कधी ‘बौद्ध धर्म’ शिकविला नाही; परंतु धर्म शिकविला जो सर्वांचा आहे.

(आत्मकथन भाग २ मधून साभार).

क्रमशः ...



अतिरिक्त उत्तरदायित्व

- डॉ. निखिल मेहता, धम्मगिरी, धम्मतपोवन-1 व 2 विपश्यना केंद्राचे केंद्र-आचार्यांच्या रूपात सेवा
 - श्री प्रीतम लाल प्रधान, धम्म नन्दन विपश्यना केंद्र, नेपालचे केंद्र-आचार्यांच्या रूपात सेवा
 - डॉ. भीष्म प्रसाद सुबेदी, नेपाल; धम्मसुरियो वि. केंद्राचे केंद्र-आचार्यांच्या रूपात सेवा
- वरिष्ठ सहायक आचार्य**
- श्री तेजराव इंगळे, बुलढाना
 - श्री एम. आर. राजेश्वरी, भिलाई

- 3-4. श्री योगेश व श्रीमती अलका अग्रवाल, अहमदाबाद
 - श्री उत्तमराव पाटील, धुळे
- नव नियुक्त सहायक आचार्य**
- श्री रविंदर सिंह नेगी, मोहाली, पंजाब
 - श्रीमती पूनम सिंह, लखनऊ, यू.पी.
 - कु. रेखाबेन एम. शेलादिया, गांधीनगर
- बालशिबिर-शिक्षक**
- श्रीमती रेनु अनेजा, करनाल, हरियाणा
 - डॉ. ज्योति प्रकाश, शिमला, हि. प्रदेश
 - श्रीमती कुसुम लता, शिमला, हि. प्रदेश
 - श्री पुरुषोत्तम लाल - पाली राजस्थान.

भावी शिबिर कार्यक्रम व आवेदन

सर्व भावी शिबिरांची माहिती नेटवर उपलब्ध आहे. कोविड- १९ च्या नव्या नियमानुसार सर्व प्रकारचे बुकिंग केवळ ऑनलाईन होत आहे. फॉर्म किंवा एप्लीकेशन आता स्वीकारले जात नाही. म्हणून आपल्याला निवेदन आहे की खालील लिंक वर चेक करा आणि आपल्याला उपयुक्त शिबिरासाठी अथवा सेवेसाठी सरळ ऑनलाईनच आवेदन करा.

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

कृपया अन्य केंद्रांच्या कार्यक्रमानुसार सुद्धा याच प्रकारे आवेदन करा अन्य केंद्रांच्या कार्यक्रमांचे विवरण कृपया खालील लिंक वर पहा-

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



भावी शिबिर कार्यक्रम

केंद्रांचे 2021 च्या शिबिराचे कार्यक्रम आले आहेत. त्यांनाच या महिन्यात प्रकाशित करीत आहोत. कोविड- 19 च्या सर्व नियमांचे पालन करणे अनिवार्य आहे. सर्व नियम आवेदन पत्तासोबत इंटरनेटवर दिले गेले आहेत. जर कोणी ते पाहू शकला नाही तर संबंधित केंद्राला थेट संपर्क करावा.

आवश्यक सुचना -

- कृपया नियमावली मागवून वाचावी आणि संबंधित व्यवस्थापकाकडे आवेदन पत्र पाठवून तेथून स्वीकृति-पत्र मागवावे.
 - एक दिवसीय, लघु / स्वयं शिबिर: केवळ जुन्या साधकांसाठी, ज्यांनी दहा दिवसांचे विपश्यना शिबिर पूर्ण केले असेल.
 - सतिपट्टन शिबिर: कमीत कमी तीन शिबिर पूर्ण केलेल्या साधकांसाठी, जे मागील एका वर्षापासून नियमित आणि गंभीरतापूर्वक रोज साधना करीत असतील. (लघु व सति. शिबिराचा समारोप शेवटच्या दिवशी संध्याकाळी होतो.)
 - किशोरांचे शिबिर: (15 वर्ष पूर्ण ते 19 वर्ष पूर्ण) (कृपया किशोरांच्या शिबिरांसाठी बनविलेल्या नव्या आवेदन पत्राचा वापर करावा.)
 - १० दीर्घ शिबिर - २० दिवसीय शिबिर: पाच दहा दिवसीय शिबिर, एक सतिपट्टन शिबिर केलेल्या आणि एक दहा-दिवसीय शिबिरात सेवा दिलेल्या साधकांसाठी, जे मागील दोन वर्षापासून रोज साधना करतात व विधिप्रती एकनिष्ठ व पूर्णसमर्पित आहेत.
 - ३० दिवसीय शिबिर: ज्यांनी 20 दिवसीय शिबिर केले असेल व एका शिबिरात धर्मसेवा दिली असेल. (दीर्घ शिबिरांमध्ये 6 महिन्यांचे अंतर आवश्यक आहे.) (जेथे 30 व 45 दिवसांचे सोबत होतील, तेथे आनापान 10 दिवसांचे आणि जेथे केवळ 45 दिवसांचे तेथे 15 दिवसांचे होतील)
 - 45 दिवसीय शिबिर: ज्यांनी दोन 30 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील व धम्मसेवा देत असतील. 60 दिवसीय शिबिर: केवळ सहायक आचार्यांसाठी ज्यांनी दोन 45 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील.
 - विशेष 10-दिवसीय शिबिर: पाच दहा सामान्य शिबिर, एक सतिपट्टन शिबिर आणि एक दहा-दिवसीय शिबिरात सेवा दिलेल्या साधकांसाठी, जे मागील दोन वर्षापासून नियमित रोज साधना करत असतील व विधिप्रती एकनिष्ठ व पूर्णपणे समर्पित असतील.
 - १५ दिवसीय कृतज्ञता-शिबिर / स्वयं शिबिर
- हे कृतज्ञता-शिबिर “आचार्य स्वयं शिबिर” चेच स्वरूप आहे. शिबिर प्रारूप बिल्कुल तसेच राहिल. पूज्य गुरुजी व माताजी आता राहिले नाहीत, त्यामुळे त्यांच्याप्रति व संपूर्ण परंपरेप्रति कृतज्ञता व्यक्त करून आम्ही त्या सर्वांच्या धर्मतरंगांचा लाभ घेऊ. या दीर्घ शिबिरात अधिकाधिक लोक भगवान बुद्धांच्या याविरुद्ध - समग्रानं तपो सुखी, म्हणजे, एकल तप करण्याच्या परम सुखाचा लाभ घेऊ शकतील, प्रसन्नतेची बाब ही आहे की फेब्रुवारीच्या या तिथीदरम्यान हिंदी तिथीनुसार पूज्य गुरुजी व माताजींच्या जन्म व जयंत्याही येतात. योग्यता - या दीर्घ शिबिरामध्ये सम्मिलित होण्यासाठी केवळ एक सतिपट्टन शिबिर, धर्माच्या प्रचार व प्रसारात योगदान व स्थानिक आचार्यांची परवानगी आवश्यक आहे. सुनिश्चित दिनांक: प्रत्येक वर्षी 2 ते 17 फेब्रुवारी. स्थानिक मागणी लक्षात ठेऊन ज्या केंद्रात एकट्या निवासाची सोय असेल, ते केंद्र या गंभीर शिबिराला आपल्या कार्यक्रम पत्रिकेत स्थान देऊ शकतात.

१० दीर्घ शिबिरांसाठी नवीन संशोधित आवेदन पत्राचाच वापर करावा.ह्याला धम्मगिरी अथवा अन्य दीर्घ शिबिरांच्या केंद्रातून प्राप्त करता येईल. (वरील सर्व शिबिरांचे आवेदन पत्र एकसारखे आहे.) हिंदी वेबसाइट हेतु लिंक www.hindi.dhamma.org

इगतपुरी व महाराष्ट्र धम्मगिरी : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

विपश्यना विश्व विद्यापीठ, इगतपुरी-422403, नाशिक, फोन: (02553) 244076, 244086, 244144, 244440 (केवळ कार्यालयीन वेळेत सकाळी: 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). फॅक्स: 244176. Email: info@giri.dhamma.org (नोंदणीविना प्रवेश बिल्कुल नाही) दहा-दिवसीय: 2021 ६ ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-2, (केवळ जुने साधक 17 ते 28-2.) 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 2 ते 13-5, 16 ते 27-5, 30-5 ते 10-6, 16 ते 27-6, 14 ते 25-7, 28-7 ते 8-8, 11 ते 22-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-9, 22-9 ते 3-10, 30-10 ते 10-11, 13 ते 24-11, 27-11 ते 8-12, 25-12-21 ते 5-1-2022, 8 ते 19-1. सतिपट्टन: 2021 ३१-3 ते 8-4, 7 ते 15-10, 3-दिवसीय: 2021 २२ ते 25-4, समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य व आचार्य सम्मेलन: 12-12-2020, अंतर्राष्ट्रीय सहायक आचार्य सम्मेलन: 13 ते 15-12-2020, प्रशिक्षक कार्यशाळा: 20-12-2020, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 16 ते 19-12-2020, १० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 ३०-6 ते 11-7, (गंभीर सुचना - ० कृपया लक्ष द्यावे की धम्मगिरीत बुकिंग केल्याशिवाय येऊ नये, परत पाठवतांना शिबिरांसाठीही त्रास होतो व आम्हालाही. ० ज्या क्षेत्रात केंद्र आहे, त्या क्षेत्राच्या लोकांनी तेथेच आवेदन करावे. विशेष कारणविना धम्मगिरीत त्यांचे आवेदन स्वीकारले जाणार नाहीत. ० कृपया स्वीकृति-पत्र आपल्या सोबत अवश्य आणावे. ० येणे शक्य नसल्यास तशी सुचना वेळेअगोदर अवश्य कळवावी.



धम्मतपोवन-1 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

कृतज्ञता-शिबिर: 2021 २ ते 17-2-2021, ० सतिपट्टन:

०० दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय:

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

०० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय:

धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केंद्र, एस्सल वल्डजवळ, गोरार्ड खाडी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई- 400 091, फोन: (91) 022-62427518, (सकाळी 11 ते सायं 5 वाजेपर्यंत); Website: www.pattana.dhamma.org. दहा-दिवसीय एकजीवित्व शिबिर: 2021 ६ ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 31-3 ते 11-4, 14 ते 25-4, 28-4 ते 9-5, 11 ते 22-5, 3 ते 14-6, 16 ते 27-6, 30-6 ते 11-7, 13 ते 24-7, 28-7 ते 8-8, 18 ते 29-8, 29-9 ते 10-10, 13 ते 24-10, 27-10 ते 7-11, 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 22-12 ते 2-1-2022, ० सतिपट्टन: 2021 २० ते 28-2, 3-दिवसीय: 2021 १२ ते 15-8, 1-दिवसीय मेघा: 2021 १७-1, 23-5, 25-7, 26-9. भारतीय सहायक आचार्य कार्याळा: 2021 २४ ते 31-5

कृतज्ञता-शिबिर: 2021 २ ते 17-2-2021, ० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 2021 ३ ते 24-9, Email: registration_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/schedules/schpattana.shtml “धम्मपत्तन” विपश्यना केंद्रात केवळ 90 साधकांसाठी स्थान आहे. त्यामळे सर्व साधकांना विनंती आहे की ज्यांना शिबिरासाठी स्वीकृती मिळाली, त्यांनीच यावे आणि ज्यांना स्वीकृती मिळाली नाही, त्यांनी कृपया कोणत्याही प्रकारचा आग्रह करू नये. ० कृपया आपला आपत्कालीन फोन-संपर्क (शेजारचा असला तरी) अवश्य लिहावा.

ग्लोबल विपश्यना पगोडा, गोरार्ड मध्ये एक दिवसीय शिबिर: प्रतिदिन-- सकाळी 11 वाजेपासून सायंकाळी चार वाजेपर्यंत, (शिबिर पगोडाच्या डोममध्ये होते, ज्याने साधकांना भगवान बुद्धांच्या पावन धातूच्या सान्निध्यात तपण्याची सुसंधी प्राप्त व्हावी) तसेच महाशिबिराच्या तारखांसाठी पलिकेच्या शेवटच्या पानावर पहावे. संपर्क: Email: info@globalpagoda.org; फोन: 022-28452235. कृपया आपल्या सोबत पिण्याच्या पाण्याची बाटली अवश्य घेऊन या. पिण्याच्या पाण्याची मोठी बाटली (वीस लिटरची) उपलब्ध असेल. त्यातून आपल्या बाटलीत पाणी भरून आपल्या सोबत ठेवू शकता.

येणाऱ्या दर्शकांसाठी लघू आनापान शिबिर

ग्लोबल पगोडा येथे प्रतिदिन ११ ते ४ च्या दरम्यान पंधरा-वीस मिनिटांचे इंग्रजी/हिंदी भाषेत लघू आनापान प्रशिक्षण सत्र सतत सुरू असते, जेणेकरून सर्व लोकांना धर्म लाभ मिळू शकेल. भाग घेणाऱ्यास पूर्ण प्रशिक्षण सल्ला बसणे अनिवार्य आहे.

धम्मविपुल : बेलापूर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 फु. सेक्टर 26, पारसीक हिल, सोबीडी बेलापूर, (पारसीक हिल, सांठुड दाराव रेल्वे स्टेशन जवळ हर्ब लाईन) नवी मुंबई 400 614. संपर्क: फोन: 022-27522277, 27522404/03 (सकाळी 11 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). Email: dhammavipula@gmail.com, बुकिंग केवळ ऑनलाइन: http://www.vipula.dhamma.org/

दहा-दिवसीय: ० सतिपट्टन: 3-दिवसीय एकजीवित्व शिबिर: ० बाळ शिबिर:

कृतज्ञता-शिबिर: 16 ते 31-1-2021, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी. सामू. साधना: दररोज सकाळी: 9 ते रात्री 9 पर्यंत, साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात,

दीर्घ शिबिर कार्यक्रम

भारत

विशेष 10-दिवसीय

20 ते 31-12-2020	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
17 ते 28-1-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
20 ते 31-1-2021	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
12 ते 23-4-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
2 ते 13-6-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
19 ते 30-6-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
30-6 ते 11-7-2021	धम्मगिरी - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
17 ते 28-7-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
19 ते 30-7-2021	धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)
15 ते 26-10-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
17 ते 28-10-2021	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)

कृतज्ञता-शिबिर

16 ते 31-1-2021	धम्मविपुल - बेलापूर (नवी मुंबई)
2 ते 17-2-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 ते 17-2-2021	धम्मपत्तन - गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई
2 ते 17-2-2021	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
2 ते 17-2-2021	धम्मालय - कोल्हापूर (महाराष्ट्र)
2 ते 17-2-2021	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
2 ते 17-2-2021	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
2 ते 17-2-2021	धम्मनागाज्जुन - नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

20-दिवसीय

4 ते 25-12-2020	धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)
7 to 28-2-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
12-4 ते 3-5-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
2 ते 23-6-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
2 ते 23-8-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
11-8 ते 1-9-2021	धम्मालय - कोल्हापूर (महाराष्ट्र)
3 ते 24-9-2021	धम्मपत्तन - गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई
8 ते 29-9-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
28-9 ते 19-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

4 ते 25-12-2021

धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)

30-दिवसीय

17-12-2020 ते 17-01-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
23-12-2020 ते 23-1-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
28-1-2021 ते 28-2-2021	धम्मकानन - बालाघाट (म.प्र.)
7-2 ते 10-3-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
21-2 ते 24-3-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 ते 31-3-2021	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
28-2 ते 30-3-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
1-6 ते 2-7-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
2-6 ते 3-7-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
11-8 ते 11-9-2021	धम्मालय - कोल्हापूर (महाराष्ट्र)
28-8 ते 28-9-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
18-9 ते 29-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

45-दिवसीय

22-12 ते 6-2-2021	धम्मनागाज्जुन - (तेलंगाना)
23-12-2020 ते 7-2-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
28-12-2020 ते 12-2-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
7-2 ते 25-3-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
9-2-2021 ते 26-3-2021	धम्मसोधि - बोधगया (बिहार)
21-2 ते 8-4-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 ते 15-4-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
2-6 ते 18-7-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
15-10 ते 30-11-2021	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
2-11 ते 18-12-2021	धम्मपट्टन - सोनीपत (हरियाणा)

धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विपश्यना केंद्र, (नौदणीविना प्रवेश नाही) मरकळ गावाजवळ, आळंदी पासून 8 कि.मी. दहा-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) २० ते 20-1, 13 ते 24-2, 13 ते 24-3, 10 ते 21-4, 8 ते 19-5, 12 ते 23-6, 10 ते 21-7, 14 ते 25-8, 11 ते 22-9, 9 ते 20-10, 13 ते 24-11, 11 ते 22-12, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) २३-1 ते 3-2, 27-3 ते 7-4, 24-4 ते 5-5, 22-5 ते 2-6, 26-6 ते 7-7, 24-7 ते 4-8, 28-8 ते 8-9, 25-9 ते 6-10, 27-11 ते 8-12, 25-12 ते 5-1, ० सतिपट्टन: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) २७-2 ते 7-3, 23 ते 31-10, 3-दिवसीय: 4 ते 7-4, 3 ते 6-5, 5 ते 8-8, संपर्क: पुणे विपश्यना समिती, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; ट.फॅक्स: 24464243.

धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वारागेट)

पुणे विपश्यना समिती, नेहरू स्टेडियममोड, स्वारागेट वॉटर व्हर्कसाचा मागे, आनंद मंगल कार्यालयाजवळ, दादवाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org दहा-दिवसीय: 2021 २ (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) ३ ते 14-1, 7 ते 18-2, 7 ते 18-3, 4 ते 15-4, 6 ते 17-6, 4 ते 15-7, 1 ते 12-8, 29-8 ते 9-9, 3 ते 14-10, 7 ते 18-11, 5 ते 16-12, 2021 २ (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) १७ ते 28-1, 21-2 ते 4-3, 21-3 ते 1-4, 20-6 ते 1-7, 18 ते 29-7, 15 ते 26-8, 17 ते 28-10, 21-11 ते 2-12, 19 ते 30-12, ० सतिपट्टन: 2021 २ (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) १८ ते 26-4, 21 ते 29-9, 3-दिवसीय: 2021 २८ ते 31-1, 28 ते 31-10, किशोरांचे शिबिर: 2021 २ ते 10-5, किशोरींचे शिबिर: 2021 १६ ते 24-5, २-दिवसीय बाळ-शिबिर: 2021 १२ (12 ते 18 वर्ष मुले) ११ ते 12-5, (12 ते 18 वर्ष मुली) २०२१ १४ ते 15-5, 1-दिवसीय: 2021 १ प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या गुरुवारी व चौथ्या रविवारी सकाळी: 8:30 ते 4:30 पर्यंत, ० बाळ-शिबिर: 2021 १९ (9 ते 18 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी (सकाळी: 8 ते दुपारी 2.30 पर्यंत)

धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)

सान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेंडगाव जलशुद्धिकरण केंद्राजवळ, मु. पो. तिली, जिल्हा- धुळे, पिन: 424002; (नौदणीविना प्रवेश नाही) (केंद्रापर्यंत जाण्यासाठी पाच केंद्रीयजवळ “शेरे पंजाब लॉज” जवळ पोहोचवे तिथून तिली गावासाठी ऑटोरिक्षा भेटतात.) दहा-दिवसीय: 2021 ३ ते 14-1, 17 ते 28-1, 21-2 ते 4-3, 7 ते 18-3, 31-3 ते 11-4, 18-4 ते 29-4, 2-5 ते 13-5, 16 ते 27-5, 30-5 ते 10-6, 27-6 ते 8-7, 11 ते 22-7, 25-7 ते 5-8, 22-8 ते 2-9, 12 ते 23-9, 26-9 ते 7-10, 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 16 ते 27-12, ० सतिपट्टन: 19 ते 28-3, 12 ते 21-6, 6 ते 15-8, 5 ते 14-12, 2-दिवसीय: 14 ते 16-4, 23 ते 25-6, 18 ते 20-8, 12 ते 14-10, ० बाळ-शिबिर: 16-8 10-10, 1-11, 29-12, 30-12,

कृतज्ञता-शिबिर: 2021 २ ते 17-2-2021

० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 १७ ते 28-10, संपर्क: डॉ. देवदे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मालय : कोल्हापूर (महाराष्ट्र)

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (नौदणीविना प्रवेश नाही) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रेल्वे स्टेशन), जि. कोल्हापूर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, दहा-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) १ ते 12-12, 19 ते 30-12, 2021 ३ ते 14-1, 17 ते 28-1, 21-2 ते 4-3, 7 ते 18-3, 21-3 ते 1-4, 4 ते 15-4, 19 ते 30-9, 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 19 ते 30-12, (हिंदी व मराठी भाषी, केवळ स्त्रियां) २०२१ २ ते 13-5, (हिंदी व मराठी भाषी) २०२१ १८ ते 29-4, 13 ते 24-6, 27-6 ते 7-7, 25-7 ते 5-8, 3 ते 14-10, 17 ते 28-10, (हिंदी, इंग्रजी व कन्नडी भाषी) २०२१ ११ ते 22-7, ० सतिपट्टन: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २१ ते 30-12, 2021 २३-3 ते 1-4, 29-6 ते 8-7, 5 ते 14-10, 21 ते 30-12, 3-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २०२१ १४ ते 17-9, 2-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २०२१ १० ते 12-6, 29 ते 31-10, किशोरींचे शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २०२१ १६ ते 24-5, किशोरांचे शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २०२१ ३०-5 ते 7-6, २-दिवसीय बाल-शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २०२१ २३ ते 28-10, धम्मसेवक कार्यशाळा: (हिंदी व मराठी भाषी) २०२१ १९ ते 20-11, कृतज्ञता-शिबिर: 2021 २ (हिंदी व इंग्रजी भाषी) २ ते 17-2-2021

० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 2021 ११-8 ते 1-9, 30-दिवसीय: 2021 ११-8 ते 11-9,

धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहूरद्वारी गाव, नागपुर-कलमेश्वर रोडजवळ, Email: info@naga.dhamma.org संपर्क: मोबा. 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (नौदणीविना प्रवेश नाही) दहा-दिवसीय: 27-12, 30-12 ते 10-1, 2021 ६ ते 17-1, 24-2 ते 7-3, 10 ते 21-3, 31-3 ते 11-4, 14 ते 25-4, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 30-6 ते 11-7, 28-7 ते 8-8, 11 ते 22-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-9, 22-9 ते 3-10, 20-10 ते 7-11, 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, ० सतिपट्टन: 2021 २८-4 ते 6-5, 24-12 ते 1-1-2022, 3-दिवसीय: 2021 २३ ते 26-11, 26 ते 29-3, 27 ते 30-5, 1-दिवसीय: 13-12, 27-12, 2021 १०-1, 21-3, 11-4, 25-4, 26-5, 13-6, 27-6, 11-7, 23-7, 8-8, 22-8, 5-9, 19-9, 3-10, 17-10, 7-11, 21-11, 5-12, 19-12, किशोरींचे शिबिर: 8 ते 16-5, किशोरांचे शिबिर: १७ ते 25-5, कृतज्ञता-शिबिर: 2 ते 17-2-2021, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 14 ते 18-7-2021, संपर्क: सचिव, कल्याणमिल वॅरिटेबल ट्रस्ट,



अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धनोली, नागपुर-440012. फोन: 0712- 2458686, 2420261. (सर्व पत्र-व्यवहार संपर्क पत्त्यावर करावा.)

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विषयना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेल्वे लाइनजवळ, सहकार नगर, भंडारा 441904, दहा-दिवसीय: 2021 19 ते 30-1, 9 ते 20-2, 2 ते 13-3, 2 ते 13-4, 20 ते 31-7, 10 ते 21-8, 21-9 ते 2-10, 4 ते 15-12, 6 ते 14-9, 21 ते 30-11, 3-दिवसीय: 2021 27 ते 30-3, 2-दिवसीय: 2021 24 ते 26-12, 1-दिवसीय: 2021 17-1, 13-4, 26-5, 27-6, 1-8, 22-8, 19-9, 3-10, 19-10, किशोरीचे शिविर: 2021 7 ते 16-11, 2-दिवसीय बाल-शिविर: 2021 15 ते 16-11, 1 ते 2-5, 1-दिवसीय बाल-शिविर: 2021 28-2, 21-3, 11-4, 27-4, 11-5, 25-5, 8-6, 22-6, 11-7, 29-8, 19-9, 10-10, 19-12, संपर्क: सलुजा, 09423673572, चौर, 98900441071, विनोद, 9422833002, 7588749108,

तुमसर (भंडारा): दहा-दिवसीय: 2021 20 ते 31-1, 17 ते 28-2, 10 ते 21-3, 20 ते 31-10, 17 ते 28-11, 15 ते 26-12, 3-दिवसीय: 2021 16 ते 19-10, 1-दिवसीय: 2021 8-4, 7-5, 4-6, 3-8, 2-9, 1-10, बाल-शिविर: 2021 19-1, 1-3, 29-3, 18-10, 29-11, 26-12 स्थान: बुद्धविहार अण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, संपर्क: 1) श्री डोंगरे, मोबा. 62604-50436, 2) श्री चौर, मोबा. 98904-41071.

कोटवा (यवतमाळ): दहा-दिवसीय: (पुरुष व स्त्रियांसाठी) 2021 10 ते 21-1, 7 ते 18-2, 7 ते 18-3, 18 ते 29-4, 2 ते 13-5, 16 ते 27-5, 4 ते 15-7, 12 ते 23-10, 5 ते 16-12, (केवळ स्त्रियां) 1 ते 12-8-2021, (केवळ भिक्षु व पुरुषांसाठी) 14 ते 25-12-2020, 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 30-3 ते 10-4, 12 ते 23-4, 25-4 ते 6-5, 9 ते 20-5, 23-5 ते 3-6, 6 ते 17-6, 19 ते 30-6, 4 ते 15-7, 18 ते 29-7, 1 ते 12-8, 15 ते 26-8, 29-8 ते 9-9, 12 ते 23-9, 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 22-12 ते 2-1-2022, सतिपट्टन: 2021 1 ते 9-4, 8 ते 16-6, 20 ते 28-7, 3-दिवसीय: 2021 16 ते 19-12,

● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 12 ते 23-4, 19 ते 30-6, 20-दिवसीय: 2021 7 ते 28-2, 28-9 ते 19-10, 30-दिवसीय: 2021 7-2 ते 10-3, 18-9 ते 29-10, 45-दिवसीय: 2021 7-2 ते 25-3,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

राजस्थान विषयना केंद्र, पो. बां. 208, जयपुर-302001, पंजीकरण संपर्क: मोबा. 0-99301-17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org दहा-दिवसीय: 10 ते 21-12, 24-12 ते 4-1-2021, 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 30-3 ते 10-4, 12 ते 23-4, 25-4 ते 6-5, 9 ते 20-5, 23-5 ते 3-6, 6 ते 17-6, 19 ते 30-6, 4 ते 15-7, 18 ते 29-7, 1 ते 12-8, 15 ते 26-8, 29-8 ते 9-9, 12 ते 23-9, 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 22-12 ते 2-1-2022, सतिपट्टन: 2021 1 ते 9-4, 8 ते 16-6, 20 ते 28-7, 3-दिवसीय: 2021 16 ते 19-12,

● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 12 ते 23-4, 19 ते 30-6, 20-दिवसीय: 2021 7 ते 28-2, 28-9 ते 19-10, 30-दिवसीय: 2021 7-2 ते 10-3, 18-9 ते 29-10, 45-दिवसीय: 2021 7-2 ते 25-3,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विषयना केंद्र, गाव रेवत (केदेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570. दहा-दिवसीय: 21-12 ते 1-1-2021, 2021 13 ते 24-1, 27-1 ते 7-2, 10 ते 21-2, (केवळ जुन्या साधकांसाठी 23-2 ते 6-3) 8 ते 19-3, सतिपट्टन: 2021 3 ते 11-1, 20 ते 28-3, Website: www.pushkar.dhamma.org, संपर्क: 1) श्री रवि तोषणीवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 09829028275. Email: corporate@toshcon.com, फॅक्स: 0145-2787131.

धम्मसोता : सोहना (हरियाणा)

विषयना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्नोद पॉलिस् स्टेशनजवळ), पो. सोहना, वल्लभगढ-सोहना रोड, (सोहनापासून 12 कि.मी.), जिल्हा- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (वल्लभगढ व सोहना येथून बस उपलब्ध आहे.) दहा-दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-2, 17 ते 28-3, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 7 ते 18-4, 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 10 ते 30-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 4 ते 15-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, संपर्क: विषयना साधना संस्थान, रूम नं. 1015, 10 वा तळ, हेमकुंड/मोदी टावर्स, 98 नेहरू प्लेस, नवी दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

धम्मपट्टन : सोनीपत (हरियाणा)

विषयना साधना संस्थान, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapathana@gmail.com. सतिपट्टन: 2021 7 ते 15-1, 20 ते 28-1, 6 ते 14-2, 7 ते 15-5, 19 ते 27-5, 6 ते 14-7, 23 ते 31-12, सहायक आचार्य कार्याशाळा: 2021 2 ते 5-10, धम्मसेवक कार्यशाळा: 2021 6 ते 7-10, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 17 ते 28-7, 15 ते 26-10, 20-दिवसीय: 2021 12-4 ते 3-5, 2 ते 23-8, 30-दिवसीय: 2021 21-2 ते 24-3, 1-6 ते 2-7, 28-8 ते 28-9, 45-दिवसीय: 2021 15 दिवसीय आनापान) 21-2 ते 8-4, 2-11 ते 18-12, संपर्क: धम्मसोता-संपर्कवार.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विषयना साधना संस्थान, एअरपोर्ट/कुंजपुरा रोड, ग्रेडमॅट स्टेशनजवळ, गाव नेवल, करनाल-132001; मोबा. 7056750605, पंजीकरण संपर्क: 1) श्री आर्य, मोबा. 8572051575, 9416781575, 2) श्री वर्मा, मोबा. 9992000601, (सायं 3 ते 5 पर्यंत) Email: reg.dhammakarunika@gmail.com, दहा-दिवसीय: 2021 13 ते 24-1, 27-1 ते 7-2, 10 ते 21-2, 24-2 ते 7-3, 10 ते 21-3, 24 ते 4-4, 14 ते 25-4, 28-4 ते 9-5, 12 ते 23-5, 23-6 ते 4-7, 14 ते 25-7, 28-7 ते 8-8, 11 ते 22-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-9, 22-9 ते 3-10, 13 ते 24-10, 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 22 ते 2-1-2022, सतिपट्टन: 2021 27-10 ते 4-11, किशोरीचे शिविर: 2021 29-5 ते 6-6, किशोरीचे शिविर: 2021 12 ते 20-6,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विषयना ध्यान समिती, लाहली - आंखल रोड, गांव लाहली, ता - कलानोर, जिल्हा: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दहा-दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-2, 17 ते 28-2, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 7 ते 18-4, 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 19 ते 30-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 4 ते 15-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, सतिपट्टन: 2021 6 ते 14-11, 3-दिवसीय: 2021 1 ते 4-4, 1 ते 4-7,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

पंजाब विषयना ट्रस्ट, गाव आनंदगढ, पो. मेहलांवली जिल्हा-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dhaja.dhamma.org, दहा दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-2, 17 ते 28-3, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 7 ते 18-4, 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 19 ते 30-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 4 ते 15-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, सतिपट्टन: 2021 6 ते 14-11, 3-दिवसीय: 2021 1 ते 4-4, 1 ते 4-7,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विषयना केंद्र, धरमकोट मेकलोडगंज, धर्मशाला, जिल्हा- कांग्रा, पिन-176219 (हि. प्र.) फोन: 09218514051, 09218414051, (नॉंदणी साठी फोन सायं 4 ते 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 2021 १० एप्रिल ते नोव्हेंबर प्रत्येक महिन्यात 1 ते 12 व 15 ते 26. केवळ इतर शिविरांच्या वेळी नाही. सतिपट्टन: 2021 20 ते 28-3, 15 ते 23-11, 3-दिवसीय: 2021 23 ते 26-11,

धम्मलक्ष्म : लेह-लद्दाख (जम्मू-काश्मीर)

विषयना साधना लद्दाख, लेहपासून 8/9 कि. मी. संपर्क: श्री लोभसंग विस्नुदा, एन्सट ट्रॅव्हस, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दहा-दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 10 ते 21-2, 24-2 ते 7-3, 17 ते 28-3, 14 ते 25-4, 12 ते 23-5, 9 ते 20-6, 7 ते 18-7, 4 ते 15-8, 1 ते 12-9, 22-9 ते 3-10, 6 ते 17-10, 27-10 ते 7-11, 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, सतिपट्टन: 2021 31-3 ते 8-4, 28-4 ते 6-5, 26-5 ते 3-6, 25-6 ते 3-7, 21 ते 29-7, 18 ते 26-8, 15 ते 23-9, 3-दिवसीय: 2021 16 ते 19-9, 2-दिवसीय: 2021 9 ते 11-4, 7 ते 9-5, 4 ते 6-6, 30-7 ते 1-8, 27 ते 29-8, सामू. साधना:

प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9:00 पासून. 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहराडून (उत्तरांचल प्र.)

देहराडून विषयना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहराडून कन्व व संतला देवीजवळ, देहराडून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दहा-दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 27-1 ते 7-2, 10 ते 21-2, 24-2 ते 7-3, 10 ते 21-3, 14 ते 25-4, 28-4 ते 9-5, 12 ते 23-5, 26-5 ते 6-6, 9 ते 20-6, 23-6 ते 4-7, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 4 ते 15-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-9, 22-9 ते 3-10, 20 ते 31-10, 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, सतिपट्टन: 2021 5 ते 13-10, 3 ते 11-4, 22 ते 30-12, 3-दिवसीय: 2021 21 ते 24-1, 21 ते 24-3, 15 ते 18-8, 2-दिवसीय: 2021 17 ते 19-10, संपर्क: 1) श्री भंडारी, 16 टॉगोर विला, चक्रता रोड, देहराडून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फॅक्स: 2715580.

धम्मलक्ष्मण : लखनऊ (उ. प्र.)

विषयना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शीचा तलाव, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारंभाच्या दिवशी दुपारी 2 ते 3 पर्यंत बक्शीचा तलाव रेल्वे क्रॉसिंग पासून वाहून सुविधा आहे.) Email: info@lakkhana.dhamma.org मोबा. 97945-45334, 9453211879, दहा-दिवसीय: 2021 प्रत्येक महिन्यात 4 ते 15 व 19 ते 30 इतर शिविरांच्या वेळी नाही. सतिपट्टन: 2021 22 ते 30-3, 19 ते 27-10, 3-दिवसीय: 2021 28 ते 31-10, 2-दिवसीय: 2021 प्रत्येक महिन्यात 15 ते 17 इतर शिविरांच्या वेळी नाही. बाल शिविर: 2021 (8 ते 12 वर्ष मुले व मुली) 18 ते 20-3, 3-3-दिवसीय बाल शिविर: 2021 (13 से 17 वर्ष मुले) 26 ते 29-12-20, 2021 26 ते 29-12, (13 से 17 केवळ मुली) 30-12-20 से 2-1-21, 2021 30-12-21 से 2-1-22, (1-दिवसीय) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी सकाळी: 9 ते 5 पर्यंत, संपर्क: 9794545331, 9335906341

● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2021 19 से 30-7, 20-दिवसीय: 4 से 25-12-2020, 2021 4 से 25-12, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मुकुला मुंकेचा, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

जेतवन विषयना साधना केंद्र, कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कॉलेजसमोर, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatti.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 2 ते 13-12, 2021 2 ते 13-1, 2 ते 13-2, 15 ते 26-2, 17 ते 28-4, 2 ते 13-5, 2 ते 13-6, 17 ते 28-6, 2 ते 13-7, 17 ते 28-7, 2 ते 13-8, 17 ते 28-8, 2 ते 13-10, 2 ते 13-12, 2 ते 13-1-2022, सतिपट्टन: 14 ते 22-12, 2021 14 ते 22-5, 29-8 ते 6-9, 14 ते 22-12, बाल शिविर: (8 ते 12 वर्ष मुले, व 8 ते 16 वर्ष मुली) 24 ते 27-12, 2021 24 ते 27-5, 24 ते 27-12, (12 ते 16 वर्ष केवळ मुले) 28 ते 31-12 2021 28 ते 31-5, 28 ते 31-12,

● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 17 ते 28-1, 20-दिवसीय: 2021 8 ते 29-9, 30-दिवसीय: 2021 28-2 ते 30-3, 45-दिवसीय: 2021 28-2 ते 15-4, 15-10 ते 30-11, संपर्क: 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री मुस्ली मनोहद, मातन हेलीया. मोबा. 094150-36896,

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विषयना केंद्र, पोलिस स्टेशनमार्गे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वाराजवळ, हस्तिनापूर, जिल्हा- मेरठ-250404, कार्यालय संपर्क: फोन: 9555515548, 8171490433, 7505414181, 10-दिवसीय: 2021 6 ते 17-1, 20 ते 31-1, 3 ते 14-2, 17 ते 28-2, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 7 ते 18-4, 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 19 ते 30-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 4 ते 15-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, सतिपट्टन: 2021 6 ते 14-11, 3-दिवसीय: 2021 1 ते 4-4, 1 ते 4-7,

धम्मदिवकर : महसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विषयना केंद्र, मीठू गाव, ता. जिल्हा- महसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निखिलभाई परीस, मोबा. 09429233000, 2. श्री उषेद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, दहा-दिवसीय: 2 ते 13-12, 16 ते 27-12, 30-12 ते 10-1, 2021 13 ते 24-1, 10 ते 21-3, 24-2 ते 7-3, 24-3 ते 4-4, सतिपट्टन: 2021 7 ते 15-4, 3-दिवसीय: 2021 28 ते 31-1, कृतज्ञता-शिविर: 2 ते 17-2-2021,

धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

गुर्जर विषयना केंद्र, (अहमदाबाद रेल्वे स्टेशनपासून 40 कि.मी.) गाव- रनोडा, ता. धोलका, जिल्हा- अहमदाबाद-387810. मोबा. 89800-01110, 89800-01112, 94264-19397. फोन: (02714) 294690. Email: info@pitha.dhamma.org (बस सुविधा प्रत्येक शिविराच्या 0 दिवशी, पालदी बस स्टॅड (अहमदाबाद) दुपारी 2:30 वाजता) दहा-दिवसीय: 9 ते 20-12, 23-12-2020 ते 3-1-2021, 2021 6 ते 17-1, 7 ते 18-4, 3-दिवसीय: 2021 20 ते 23-2, कृतज्ञता-शिविर: 2 ते 17-2-2021, संपर्क: 1) श्रीमती शशि तोडी मोबा. 982440-65668, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 20 ते 31-1, 30-दिवसीय: 2021 28-2 ते 31-3,

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विषयना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई ते अहमदाबाद) पश्चिम पासून 2 कि. मी. दूर वर बोरीयाच टोलनाका, गाव- वागलवाड ता. गनदेवी, जि. नवसारी, मोबा. 09856582660, पंजीकरण: दुपारी 11 ते सायं 5 (0261) 3260961, 09825955812. www.ambika.dhamma.org; Online registration: dhammaambikasurat@gmail.com; संपर्क: 1) वसंतभाई लाड, मोबा. 09428160714, 2) श्री रत्नश्रीभाई के. पटेल, मोबा. 09825044536, दस-दिवसीय: 8 ते 19-12, 3-दिवसीय: 3 ते 6-12, धम्मसम्मेलन: (केवळ पुराने साधक के लिये) 20-12,

● दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 23-12-2020 ते 23-1-2021, 45-दिवसीय: 23-12-2020 ते 7-2-2021

धम्मनागाजून : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: VIMC, हिल कॉलनी, नागार्जुन सागर, जि. नागार्जुन आंध्र प्रदेश, पिन-508202. नॉंदणी: 9440139329, (8680) 277944, मोबा: 093484-56780, (केवळ 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत) Email: info@nagajuna.dhamma.org, सतिपट्टन: 18 ते 20-12, किशोरीचे शिविर: 5 ते 13-12, किशोरीचे शिविर: 23 ते 31-12, एक-दिवसीय: प्रत्येक पौर्णिमा, कृतज्ञता-शिविर: 2 ते 17-2-2021

● दीर्घ-शिविर: 45-दिवसीय: (15 दिवसीय आनापान) 16-12 ते 31-1-2021,

धम्मरत : रतलाम (म.प्र.)

धम्मरत विषयना केंद्र, (रतलामपासून 15 कि.मी.) साई मंदिरामार्गे, गाव - धामनोद ता. सैलाना, जि. रतलाम-457001, फॅक्स: 07412-403882, Email: dhamma.rata@gmail.com संपर्क: 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अडवाणी, मोबा. 9826700116. दहा-दिवसीय: 1 ते 12-12, 2021 15 ते 26-1, 17 ते 28-2, 12 ते 23-3, 14 ते 25-4, 19 ते 30-5, 12 ते 23-6, 14 ते 25-7, 4 ते 15-8, 4 ते 15-9, 2 ते 13-10, 19 ते 30-11, 15 ते 26-12, 3-दिवसीय: 2021 13 ते 16-10, 26 ते 29-12, 2-दिवसीय: 2021 5 ते 7-2, 25 ते 27-4, 23 ते 25-6, 15 ते 17-8, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

विषयना धम्मगुना, गाव- पगारा, 12 किमी. गुना-ग्वालियर संभाग. संपर्क: श्री विरेन्द्र सिंह रघुवंशी, रघुवंशी किराना स्टोर, स्टेट बँक ऑफ इंडियाजवळ, अशोक नगर रोड, गाव- पगारा, ता- जिल्हा- गुना, म. प्र. पिन- 473001. मोबा. 9425618095, श्री राजकुमार रघुवंशी, मोबा. 9425131103, Email: info@guna.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 19 ते 30-12, 2021 1 ते 12-1, 12 ते 23-2, 2 ते 13-4, 14 ते 25-5, 18 ते 29-6, 16 ते 27-7, 7 ते 18-8, 17 ते 28-9, 20 ते 31-10, 19 ते 30-11, 10 ते 21-12, सतिपट्टन: 2021 12 ते 20-3, 3-दिवसीय: 2021 27 ते 30-3.



पगोडा वर संघदानाचे आयोजन

रविवार, १० जानेवारी, २०२१ या दिवशी पूज्य माताजी आणि सयाजी ऊ बा खिन यांच्या पुण्यतिथीच्या निमित्ताने संघदानाचे आयोजन सकाळी ९ वाजता निश्चित केले आहे. (जर कोविड-19 च्या मुळे पगोडा वर येणे शक्य झाले नाही तर भिक्षूंच्या निवासावर दान पाठवले जाईल) जे कोणी साधक-साधिका ह्या पुण्यवर्धक दान-कार्यात भाग घेण्यास इच्छुक असतील त्यांनी कृपया खालील दिलेल्या नाव पत्त्यावर संपर्क करावा- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, or फोन: 022- 62427512 (9:30AM to 5:30PM), Email: audits@globalpagoda.org



नवीन विपश्यना केंद्र, धम्मदेस, हिंगोली, महाराष्ट्र

प्रसन्नतेचा विषय आहे की हिंगोली येथे एका नवीन विपश्यना केंद्रासाठी ९.५ एकर जमीन विकत घेतली गेली आहे आणि सगळ्या औपचारिकता पूर्ण झाल्या आहेत. लवकरच निर्माण कार्य आरंभ होईल. ज्या कोणा साधक-साधिकांना या धर्म प्रसारणाच्या पुण्यवर्धक कार्यात भाग घ्यायचा असेल ते खाली दिलेल्या विवरणानुसार संपर्क करू शकतात- धम्मदेश विपश्यना केंद्र, हिंगोली, कार्यालय: नाईक दवाखाना, नाईक नगर, हिंगोली-४३१५१३ (कलेक्टर ऑफिसच्या समोर) संपर्क: मो. ९४२०४३३९०५, ९४०५१११३७३, ९८८१२४२४८७. बँक: ओरिएण्टल बँक ऑफ कॉमर्स, हिंगोली, महाराष्ट्र खातेधारक: 'हिंगोली जिल्हा विपश्यना समिती', खाते क्रमांक: 22022413001135, Br. Code 2202, IFSC - ORBC0102202, धम्मदानाची सूचना ९४०५१११३७३ ह्या नंबर वर देणे आवश्यक आहे. ईमेल: hingolijilhavipassanasamiti@gmail.com



ग्लोबल विपश्यना पगोडा मध्ये वर्ष २०२१ ची महाशिविर तसेच प्रतिदिन एक-दिवसीय शिविर

रविवार: १० जानेवारी, २०२१ ला माताजींची पुण्यतिथी आणि सयाजी ऊ बा खिन यांची पुण्यतिथी; २३ मे, २०२१ बुद्ध पौर्णिमा; २५ जुलै, २०२१ आषाढी पौर्णिमा; २६ सप्टेंबर, शरद पौर्णिमा आणि गोयन्काजींची पुण्यतिथी; निमित्ताने पगोडा मध्ये महा शिविरांचे आयोजन केले जाईल, ज्यात सामील होण्यासाठी कृपया आपले बुकिंग अवश्य करावे आणि समगानं तपो सुखो-सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. वेळ: सकाळी ११ वाजेपासून सायंकाळी ४ वाजेपर्यंत. तीन ते चार वाजताच्या प्रवचनात साधना न केलेले लोक सुद्धा बसू शकतात. (सध्या पगोडा मध्ये दररोज एक दिवसीय शिविर होत आहेत आणि तेच लोक सामील होत आहेत जे तेथे उपस्थित आहेत). नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारे ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. संपर्क: 022-28451170, 022-62427544, Extn. no. 9, 82918 94644 (फोन बुकिंग ११ ते ५ वाजेपर्यंत) Online Regn: <http://oneday.globalpagoda.org/register>.



दोहे धर्माचे

नमन करु गुरुदेवांना, कसे च संत सुजाण।
किती च करुणा चित्ताने, दिले धर्माचे दान॥
नमन करु गुरुदेवांना, चरणी झुकवू शीश।
धर्म रत्न च असे दिले, उपजू शके ना विष॥
नमन करु गुरुदेवांना, सादर झुकवू शीश।
धर्म रत्न च असे दिले, उखडत च जाई विष॥
गुरुवर! तुझ्या चरणांची, धूळ लागो मम शीश।
सदा चरणी रत राहू, मिळे रे हा आशिष॥

दोहे धर्माचे

जय जय जय गुरुदेवजी, जय जय कृपा निधान।
किंकरा वर कृपा रे, झाले परम कल्याण॥
असा चाखवी धर्म रस, अन्य रस न आवडी।
धर्म सार च दिले असे, साले सोडवूनी॥
धर्म ची दिला रे सबळ, सहायक असे सतत।
भय भैरव सर्व सुटले, निर्भय असे करीत॥
धन्य! दिले गुरुदेवजी, विपश्यनेचे दान।
मी तर हरकीत च झालो, पुलकित झाले प्राण॥

"विपश्यना विशोधन विन्यास" साठी प्रकाशक, मुद्रक व संपादक: राम प्रताप यादव, धम्मगिरी, इगतपुरी- 422 403, दूरध्वनी: (02553) 244086, 244076. मुद्रण स्थान : अपोलो प्रिंटिंग प्रेस, जी-259, सीकॉफ लिमिटेड, 69 एम. आय. डी. सी, सातपुर, नाशिक-422 007. बुद्धवर्ष 2564, कार्तिक पौर्णिमा, 30 नोव्हेंबर, 2020

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US \$ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US \$ 100. MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK/286/2018-2020

Posting day- Purnima of Every Month, Posted at Igatpuri-422 403, Dist. Nashik (M.S.) किरकोळ विक्री होत नाही

DATE OF PRINTING: ON-LINE SPECIAL, 2020, DATE OF PUBLICATION: 30 November, 2020

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403

जिल्हा-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोन : (02553) 244076, 244086,

244144, 244440.

Email: vri_admin@vridhamma.org

course booking: info@vridhamma.org

Website: www.vridhamma.org