



अहमद किदवई रोड, नये एस.एन.डी.टी. कालेज के पास, किंग सर्कल, माटुंगा, फोन: 25101096, 25162505. 7) **डोबिबेली:** लिलक स्कूल, तिरक नगर डोबिबेली, मोबा. 9819866615, 9029423540. 8) **अंधेरी:** मेफेअर मेरीडियन मेडिटेशन हॉल, कैम्प रोड ऑफ एस. व्ही. रोड, अम्बाली सेंट जेजु चर्च के पास, अंधेरी. (पश्चिम) मोबा. 9967813469, 9769926169. 9) **घाटकोपर:** एस.एन.डी.टी. स्कूल नया बिल्डिंग, कामा लैन, विद्युत सोसायटी के सामने, घाटकोपर (पश्चिम), मुंबई-86. फोन: (022) 25162505. 10) **बेलापुर:** (नवी मुंबई) धम्मविलियु: संपर्क: 77382000969, 9594464442, 11) **ऐरोली:** ध्यानदीप स्कूल, सेक्टर-2, ऐरोली, मोबा. 9969267720, 9892565765. 12) **कल्याण:** कृष्णाव दलुप के डी एम स्कूल नं.4, राम बाग गली नं. 5, पुराने वाणी विद्यालय के पास कल्याण, मोबा. 9987425633. ● सभी बच्चे अपने आसन साथ लाए। ● आने के पहले (अपरोक्ष समय और फोन नं. पर) अपना नाम अवश्य लिखाए। ● देर से आने पर प्रवेश नहीं मिलेगा। ● बच्चे अपने साथ खेल का कोई सामान नहीं लाए।

**धम्मनान्द: पुणे (महाराष्ट्र)**

पुणे विपश्यना केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) मरकल गांव के पास, आरंटी से 8 कि.मी. **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 10 से 21-8, 14 से 25-9, 12 से 23-10, 9 से 20-11, 14 से 25-12, (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 27-7 से 7-8, 24-8 से 4-9, 28-9 से 9-10, 23-11 से 4-12, 28-12 से 8-1, ● सतिपट्टान: 30-10 से 7-11, 3-दिवसीय: 18 से 21-7, 5 से 8-9, 5 से 8-12, संपर्क: पुणे विपश्यना समिति, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; टै.फैक्स: 24464243.

**धम्मपुण्य: पुणे साहर (स्वारगेट)**

पुणे विपश्यना समिति, नेहरू स्टेडियम के सामने, स्वारगेट वॉटर वर्क्स के पीछे, आनंद मंगल कार्यालय के पास, दादाबाई, फोन: 411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** (केवल हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 4 से 15-8, 6 से 17-10, 3 से 14-11, 1 से 12-12, (केवल हिंदी एवं मराठी भाषी) 21-7 से 1-8, 18 से 29-8, 15 से 26-9, 17 से 28-11, 15 से 26-12, 3-दिवसीय: 5 से 8-9, 17 से 20-10, 1-दिवसीय: हर माह दूसरे गुल्वार तथा चौथे रविवार प्रातः 8:30 से 4:30 तक. ● बाल-शिविर: (9 से 18 वर्ष) हर माह प्रथम तथा तिसरे रविवार (प्रातः 8 से दोपहर 2.30 तक)

**धम्मअजन्ता: औरंगाबाद (महाराष्ट्र)**

अजन्ता अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना समिति, गट नं. 45 रामपुरी, वैजापुर रोड, औरंगाबाद-431003. संपर्क: फोन: (0240) 2040444, मोबाईल: 94222-11344, 99218-17430. Email: info@dhammaajanta.org; **दस-दिवसीय:** 24-7 से 4-8, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 2 से 13-10, ● सतिपट्टान: 14 से 22-10, 1-दिवसीय: 22-8, 4.

**धम्मसारोवर: धुळे (महाराष्ट्र)**

सान्देश्य विपश्यना साधना केंद्र, डेडराव जलसुद्धिकरण केंद्र के पास, मु. पो. तिळी, जिला- धुळे, पिन: 424002; (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) (केंद्र जाने के लिए "पांच कंदील" के पास "सेंटर पराज लॉज" पहुंचें। वहाँ से तिळी गांव के लिए ऑटोरिक्शा मिलते हैं।) **दस-दिवसीय:** 28-7 से 8-8, 18 से 29-8, 14 से 25-9, 26-9 से 7-10, 13 से 24-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, ● सतिपट्टान: 4 से 12-9, 2-दिवसीय: 11 से 13-8, 1 से 3-11, 29 से 31-12, ● बाल-शिविर: 30-10, 31-10, 27-12, 28-12, संपर्क: डॉ. देवरे, फोन: 2228661, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

**धम्मालय: कोल्हापुर (महाराष्ट्र)**

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रेल्वे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232, 9697933232, 7420943232, **दस-दिवसीय:** (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 13 से 24-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, (हिंदी एवं मराठी भाषी) 21-7 से 1-8, 15 से 26-9, 29-9 से 10-10, ● सतिपट्टान: 17 से 25-9, 2 से 11-12, 3-दिवसीय: 9 से 12-9, 2-दिवसीय: 24 से 26-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 27 से 29-12, ● दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 7 से 28-8, 30-दिवसीय: 7-8 से 7-9,

**धम्मसुगंध: भोसे (सांगली)**

सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्लमा मंदीर के पास, खामकरवाडी, भोसे - 416420, ता. मिरज, जि. सांगली, Email: info@sugandha.dhamma.org, फोन: 9422410436, 9403841943, online registration www.dhamma.org/en/schedules/schsugandha, **दस-दिवसीय:** 20 से 31-7, 3 से 14-8, 18 से 29-8, 4 से 15-9, 22 से 3-10, 9 से 20-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 15 से 26-12, 3-दिवसीय: 29-8 से 1-9, 26 से 29-12, (1-दिवसीय: हर माह पहले रविवार, स्थान: निशिथी मालवाडी पो. भिलवाडी, ता. पलुस जिला- सांगली। 1-दिवसीय: हर माह दूसरे रविवार) ● बाल-शिविर: हर माह तिसरे रविवार (8 से 15 वर्ष) सुबह 9 से दोपहर 3 तक, स्थान: मानव राहत ट्रस्ट, तीसरी मंजिल, सीन्हील हास्पिटल के पास, सांगली।

**धम्मनाग: नागपुर (महाराष्ट्र)**

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहद्वारी गांव, नागपुर-क्लमेंशर रोड के पास. Email: info@naga.dhamma.org, संपर्क: मोबाईल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (बिना बुकिंग प्रवेश नहीं) **दस-दिवसीय:** 31-7 से 11-8, 28-8 से 8-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 16 से 27-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12, ● सतिपट्टान: 24-12 से 1-1-2020, 2-दिवसीय: 28-7, 11-8, 8-9, 29-9, 6-10, 27-11, 10-11, 24-11, 8-12, 22-12, सहायक आचार्यों की कार्यशाला: 11 से 15-9, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 14 से 25-8, संपर्क: सचिव, कल्याणमिल चैरिटिबल ट्रस्ट, अश्वक सारक भवन, अश्वक रोड, धनगोली, 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:** 3 से 14-8, 4 से 15-9, 17 से 28-9, (केवल महिलाएं) 2 से 13-10, 6 से 17-11, 7 से 18-12, ● सतिपट्टान: 19 से 27-7, 22 से 30-12, 1-दिवसीय: (प्रातः 4 से 9) 15-9, 29-9, 6-12, ● बाल-शिविर 3-दिवसीय: 29 से 31-10, ● बाल-शिविर 1-दिवसीय: 20-10, 2-12, सामू. साधना: हर रोज सायं 6 से 7 तक एवं हर रविवार प्रातः 8 से 9; संपर्क: 1) श्री सुखदेव नारनवर, मोबा. 9422129229. 2) श्री कमलेश चाहन्दे, मोबा. 9373104305.

**धम्ममल्ल: यवतमाल (महाराष्ट्र)**

विपश्यना केंद्र, धनशी नगर, आय. टी. आय. के पीछे, पिपलगांव बायपास, यवतमाल - 445001, संपर्क: 1) श्री डॉ. गडबिलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475. **दस-दिवसीय:** 19 से 30-9, 15 से 26-10, (भिक्षुनी एवं महिला 12 से 23-11) ● सतिपट्टान: 16 से 24-8, 1-दिवसीय: 4-8, 15-9, 6-10, 29-12, ● बाल-शिविर: 21-7, 1-9, 2-10, 10-11, 22-12, मित्त उपक्रम कार्यशाला तथा एक दिवसीय शिविर: 28-7, धम्मसेवक एवं ट्रस्टी कार्यशाला: 3-11, धम्म सम्मेलन: सुबह 9 से 4 तक 6-1.

कोटंबा (यवतमाल): **दस-दिवसीय:** 21-7 से 1-8, 18 से 29-8, 8 से 19-9, 2 से 13-10, 3 से 14-11, (केवल भिक्षुओं तथा भिक्षुणियों के लिए) 8 से 19-12, 1-दिवसीय: हर रविवार प्रातः 8 से 3 तक ● बाल-शिविर: 28-7, 11-8, 22-9, 20-10, 17-11, 22-12, संपर्क: धम्मभूमि विपश्यना चैरिटिबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाल-445001. मोबा. 9822896453, 7776964808, 7038918204, 9175622575.

**धम्म अमरावती: लुंबिनी मोगरा**

विपश्यना केंद्र, लुंबिनी मोगरा, पो. भानसखंडा, ता. जि. अमरावती संपर्क: 1) श्री काठवे गुरुजी, मोबा. 9890309738, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, **दस-दिवसीय:** 1 से 12-8, 11 से 22-9, (केवल अधिकारी कर्मचारियों के लिये 6 से 17-11), धम्मसेवक कार्यशाला: 6-10, धम्मसम्मेलन: (केवल पुराने साधकों के लिये) 20-10, ● सतिपट्टान: 8 से 16-12, 1-दिवसीय: 12-8, 22-9, 17-11, 16-12, **कुरलपुर्णा (अमरावती): दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 14 से 25-10, 19 से 30-12, (केवल पुरुष) 14 से 25-11, संपर्क: 1) श्री राजकुमार बर्डीया, परतवाडा. मोबा. 7083896906, 2) श्री थोरत, मोबा. 9765873488.

**धम्मगोड: गोंदिया (ओझाटोला)**

विपश्यना केंद्र, गोंदिया ता. जि. गोंदिया - 441601, संपर्क: 9421796656, 8669038011, 9921395006, 9764835035, **दस-दिवसीय:** 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 16 से 27-10, 30 से 10-11, 13 से 24-11, ● सतिपट्टान: 6 से 14-8, 27-11 से 5-12, 3-दिवसीय: 15 से 18-8, 7 से 10-12, 1-दिवसीय: 21-7, 15-9, 13-10, 10-11, ● बाल-शिविर: 4-8, 1-9, 29-9, 27-10, 24-11, **चिटकी (वर्धा): दस-दिवसीय:** 14 से 25-10, 13 से 24-11, 13 से 24-12, संपर्क: श्री. खंडारे, फोन: 07158-284372, मोबा. 7264813850, श्री भेले, मोबा. 8888531689, **तुमसर (भंडारा): दस-दिवसीय:** 10 से 21-10, 20-11 से 1-12, 18 से 29-12, ● बाल-शिविर: 1-12, 29-12, स्थान: बुद्धविहार अंध वेल्फेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 0962306-68240, संपर्क: 1) श्री मेश्राम, मोबा. 93706-55322. 2) श्री चौर, मोबा. 98904-41071.

**धम्मभण्डार: भंडारा (महाराष्ट्र)**

विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेल्वे लाइन के पास, सहकार नगर, भंडारा 441904, **दस-दिवसीय:** 3 से 14-9, 19 से 30-11, ● सतिपट्टान: 6 से 14-8, 3 से 11-12, 1-दिवसीय: 29-9, 12-11, किशोरियों का शिविर: 31-10 से 8-11, ● 2-दिवसीय बाल-शिविर: (10 से 16 वर्ष) 8 से 9-11, ● 1-दिवसीय बाल-शिविर: 15-12, 29-12, संपर्क: 09423673572, 9422833002, 9403239792, **पवनो (भंडारा): दस-दिवसीय:** 14 से 25-8, 29-10 से 8-11, 1-दिवसीय: 15-9, 15-12, स्थान: धम्मप्रभास बुद्धविहार समिती, पवनो जि. भण्डारा, संपर्क: मोबा. 90491-21601, 9158785160,

**धम्मआवास: लातूर**

लातूर विपश्यना समीति, आर. टी. ऑ ऑफिस के पास, वसंत विहार कालोनी, बाभळ्याव रोड, लातूर - 413531 संपर्क: 1) सागर कुलकर्णी, मोबा. 94054-22948, 84210-79011, 02381-262023, 2) सुधीर बिरले मोबा. 9423347023, Email: lvsylatur@gmail.com, 10-दिवसीय: (केवल पुरुष) 11 से 23-8, 13 से 24-10, 17 से 28-11, (केवल महिलाएं) 15 से 26-9, 3 से 14-11, 1 से 12-12,

**धम्म निरंजन: नांदेड**

विपश्यना साधना केंद्र, नई डंकीण (गोंदावरी नदी के किनारे) नांदेड, संपर्क: 1) श्री दहिवेले, मोबाईल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दस-दिवसीय:** (6 से 17-10, केवल महिलाएं), (केवल पुराने साधक 20 से 31-7), 1 से 12-9, 10 से 21-11, 1 से 12-12, ● सतिपट्टान: 3 से 11-8, 1-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार तथा आगे की तरह 29-9, 22-12, 29-12, ● 3-दिवसीय बाल शिविर: 4 से 7-11, ● बाल शिविर: हर माह तिसरे रविवार केवल जुलाई, नवंबर में नहीं

**धम्म वसुधा: हिवरा वर्षा**

विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट झुझी, ता. सेलु, जि. वर्धा, Email: dhammavasudha@gmail.com संपर्क: 1) श्री बांते, 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. मोबा. 9326732550, 9326732547. 2) श्री काठवे, मोबा. 9890309738. **दस-दिवसीय:** 11 से 22-10, 9 से 20-11, ● सतिपट्टान: 1 से 9-12, 1-दिवसीय: 16-7,

**धम्मअनाकुल: खापरखेड़ा फाटा, तेल्लारा (अकोला)**

विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेड़ा फाटा, तेल्लारा-444108 जि. अकोला Email: info@anakula.dhamma.org, मोबा. 9421156138, 9881204125, 9421833060, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 17 से 28-7, 4 से 15-9, 2 से 13-10, 13 से 24-11, 11 से 22-12, (केवल महिलाएं) 31-7 से 11-8, 18 से 29-9, 30 से 10-11, 11 से 21-11 से 8-12, ● सतिपट्टान: 21 से 29-8, 16 से 24-10, 3-दिवसीय: 15 से 18-8, 25 से 28-12, 2-दिवसीय: 31-8 से 2-9,

1-दिवसीय: 11-8, 29-9, 13-10, 10-11, 8-12, ● बाल-शिविर: 28-7, 15-9, 24-11, 22-12, संपर्क: 1) विपश्यना चैरिटिबल ट्रस्ट, रोनावा, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

**मलकापुर:** (अकोला) **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 1 से 12-9, 30-10 से 10-11, स्थान: भद्रत आनंद निवास, राजतरन कॉलनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001 संपर्क: 1) श्री तायडे, मोबा. 7038629525, 2) श्री आठवले, मोबा. 9404092468.

**पातूर:** (अकोला) विपश्यना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातूर जि. अकोला - 444501, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 17 से 28-7, 16 से 27-9, 18 से 28-11, (केवल महिलाएं) 17 से 28-8, 15 से 26-10, 16 से 27-12, 1-दिवसीय: हर माह दूसरे रविवार, समय 9 से 5, तथा 30-9-2019, ● 3-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़के 10 से 16 वर्ष) 30-10 से 1-11, ● बाल-शिविर: (उम्र 10 से 16 वर्ष) हर माह तीसरे रविवार, समय 9 से 5, संपर्क: 1) श्री. जगन्नाथ गवई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीदाई वानखेडे, मोबा. 9921998803, 7083320495,

**धम्मजलगांव: जलगांव**

विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैत्री हिल्स अजिंठा रोड, उमाळा गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, संपर्क: श्री सुभाष तलरंजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 4 से 15-8, 1 से 12-9, 6 से 17-10, 3 से 14-11, 1 से 12-11, (केवल महिलाएं) 21-7 से 1-8, 18 से 29-8, 15 से 26-9, 17 से 28-11, 15 से 26-12, 2-दिवसीय: (केवल पुरुष) 27 से 29-9, (केवल महिलाएं) 18 से 20-10, 27 से 29-12, संपर्क: 7588436222, 8421532276.

**धम्मअजय: चंद्रपुर (महाराष्ट्र)**

विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम - अजयपुर, पो. विचपरली, मूल रोड, चंद्रपुर, Email: dhammaajaya@gmail.com, संपर्क: 1) मिरांडा घरडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वाई, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, **दस-दिवसीय:** 17 से 28-7, 22-8 से 2-9, 6 से 17-9, 3 से 14-10, 23-10 से 3-11, 18 से 29-11, 7 से 18-12, 25-12 से 5-1, ● सतिपट्टान: 20 से 28-9, 3-दिवसीय: 15 से 18-8, 2-दिवसीय: 10 से 12-11, 1-दिवसीय मोगा: 29-9, 1-दिवसीय: 20-10, 22-12, ● 3-दिवसीय बाल-शिविर: ● बाल-शिविर: 28-7, 17-11,

● दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 1 से 12-8,

**बल्लारपुर:** **दस-दिवसीय:** 10 से 21-8, 17 से 28-9, 5 से 16-11, 20 से 31-12, ● 2-दिवसीय बाल-शिविर: (केवल लड़के 10 से 15 वर्ष) 29 से 31-10, (केवल लकीयों 10 से 15 वर्ष), ● 1 से 3-11, 1-दिवसीय: 4-8, 29-9, 6-10, 1-12, 1-1, स्थान: येनबोडी, पो. कोठारी, ता. बल्लारपुर, जि. चंद्रपुर - 442701, संपर्क: 1) श्री वसंत ढोके, मोबा. 09423503514, 2) श्री मनोहर फुलझेले, मोबा. 08551987943.

**गाडचिरोली:** **दस-दिवसीय:** 10 से 21-10, 21-11 से 2-12, 3-दिवसीय: 5 से 8-10, 2-दिवसीय: स्थान: तुकुम वाई, कोकडी रोड, तह. वडसा, जि. गाडचिरोली - 441207, संपर्क: 1) श्री पुरुषोत्तम दुधे, मोबा. 9421734459, 2) श्री कैलाश मेन्डे, मोबा. 9309959429.

**महाड:** **दस-दिवसीय:** (केवल पुरुष) 21-7 से 1-8, 4 से 15-8, 18 से 29-8, 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 20 से 31-10, 3 से 14-11, 17 से 28-11, 1 से 12-12, 1 से 12-12, 15 से 26-12, स्थान: महाड विपश्यना शिवाजी चौक, कोटेश्वरी तले, महाड-402301, जिला- रायगड, संपर्क: मोबा. 7719070022 **गोवा: 10-दिवसीय:** 11 से 22-8, 1 से 12-12, 2020 12 से 23-1, 8 से 19-3, स्थान: श्री शांतादुर्गा शंकावालेश्री संस्थान वेलिंग गोवा, गोवा, संपर्क: मोबा. 9822139558,

**जयपुर एवं उत्तर भारत**

**धम्मथली: जयपुर (राजस्थान)**

राजस्थान विपश्यना केंद्र, पो.बॉ. 208, जयपुर-302001, पंजीकरण संपर्क: मोबा. 0-99301-7187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** 2019 28-7 से 8-8, 11 से 22-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 22-9 से 3-10, 6 से 17-10, 4 से 15-12, 22-12 से 2-1, 2020 5 से 16-1, 19 से 30-1, 22-3 से 2-4, 5 से 16-4, ● सतिपट्टान: 2019 8 से 16-10, 2020 24-3 से 2-4, 2 से 10-6, 3-दिवसीय: 2019 17 से 20-10, 2020 1 से 4-10,

● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2020 19 से 30-4, 14 से 25-6, 20-दिवसीय: 2019 31-10 से 21-11, 2020 3 से 24-7, 7 से 28-10, 30-दिवसीय: 2019 31-10 से 1-12, 2020 3-2 से 5-3, 7-10 से 7-11, 45-दिवसीय: 2020 3-2 से 20-3,

**धम्म निलय: जामडोली जयपुर (राजस्थान)**

(धम्म निलय) जादोन का बास जैसिपुरा खोरा जामडोली, जयपुर-302027, मोबा. 9828305708, Email: info@thali.dhamma.org, संपर्क: श्रीमती निधि महिन्द्रू, मोबा. 7042677225, 9828306708, **दस-दिवसीय:** (केवल महिलाएं) 2 से 13-11, (केवल पुरुष) 16 से 27-11, 3-दिवसीय: (केवल पुरुष) 25 से 28-7, 1 से 4-8, 8 से 11-8, 15 से 18-8, 22 से 25-8, 12 से 15-9, 19 से 22-9, 26 से 29-9, 3 से 6-10, 10 से 13-10, 28-11 से 1-12, 5 से 8-12, (केवल महिलाएं) 18 से 21-7, 5 से 8-9, 12 से 15-12, किशोरों का शिविर: 23 से 31-12, ● बाल-शिविर: 31-8 से 2-9, (केवल लड़कीयों) 18 से 20-10, (केवल लड़के) 29 से 23-10,

**धम्म पुष्कर: पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)**

विपश्यना केंद्र, ग्राम देवत (केडेन), पंढरत रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570. **दस-दिवसीय:** 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 1 से 12-11, 25-12 से 5-1-2020, 2020 8 से 19-1, 22-1 से 2-2, 4 से 15-2, 27-2 से 9-3, 11 से 22-3, 25-3 से 5-4, 8 से 19-

4, 22-4 से 3-5, सतिपट्टनः 2019-20 15 से 23-10, 2020-17 से 25-2, 3-दिवसीयः 2019-19 से 22-12, किशोरियों का शिविरः 2020-29-5 से 6-6, किशोरों का शिविरः 2020-7 से 15-6, 2-दिवसीय बाल-शिविरः 2019-16 से 18-8, 2020-7 से 9-8,

● दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 2019-22-8 से 2-9, 2020-11 से 22-8, 20-दिवसीयः 2019-15-11 से 6-12, 2020-2 से 23-7, 17-11 से 8-12, 30-दिवसीयः 2019-15-11 से 16-12, 2020-2-7 से 2-8, 17-11 से 18-12, Website: www.pushkar.dhamma.org, संर्कः 1) श्री रवि तोषणीवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com, 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 09829028275, Email: corporate@toshcon.com, फैक्सः 0145-2787131.

**धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)**

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिपोर्ट के पीछे, अग्र्यान् विद्याग सस्तग केंद्र के पास चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9783387504, 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org. दस-दिवसीयः 18 से 29-7, 3 से 14-8, 18 से 29-8, 2 से 13-9, 28-9 से 9-10, 14 से 25-10, 30-10 से 10-11, 12 से 23-11, 25-11 से 6-12, 20 से 31-12, सतिपट्टनः 8 से 16-12, 3-दिवसीयः 16 से 19-9, ● बाल शिविर 2-दिवसीयः 17 से 19-12, संर्कः 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लीक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: 9314727215, 2) श्री कमल सारडा, मोबा. 7023999944.

**धम्मपुब्बज, चूरू (राजस्थान)**

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चूरू से 6 कि.मी.) चूरू (राजस्थान): फोन: 9664481738, संर्कः 1) श्री एस. पी शर्मा, Email: dhammapubbaj@ gmail.com, info@pubbaj.dhamma.org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoo.com; मोबा. 94131-57056. दस-दिवसीयः 1 से 12-8, 17 से 28-8, 1 से 12-9, 26-9 से 7-10, 29-10 से 9-11, 13 से 24-11, 30-11 से 11-12, ● सतिपट्टनः 15 से 23-9, किशोरों का शिविरः 23 से 31-12, 3-दिवसीयः 8 से 11-9, 27 से 30-12, ● दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 12 से 23-10,

**धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निर्मोद 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-दिवसीयः 17 से 28-7, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 16 से 27-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, संर्कः 1) विपश्यना साधना संस्थान, रम न. 1015, 10 वॉ तल, हेमकुंड/मोदी टावर, 98 नेहरू प्लेस, नई दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

**धम्मपट्टन : सोनीपत (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, कमासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapathana@gmail.com, ● सतिपट्टनः 1 से 9-10, 18 से 26-10, सहायक आचार्य कार्यशाला: 10 से 13-10, ● दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 18 से 29-7, 20 से 31-12, 20-दिवसीयः 1 से 22-8, 30-दिवसीयः 26-8 से 26-9, 45-दिवसीयः (15 दिवसीय आनापान) 2-11 से 18-12, संर्कः धम्मसोत-संर्क पर.

**धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)**

विपश्यना साधना संस्थान, एकर पोस्ट/कुंजपुर रोड, गच्छरमंट स्कूल के पास, गाँव नेराल, करनाल-132001; मोबा. 7056750605, पंजीकरण संर्कः 1) श्री आर्य, मोबा. 8572051575, 9416781575, 2) श्री वर्मा, मोबा. 9992000601. (सायं 3 से 5 तक) Email: reg.dhammakarunika@gmail.com, दस-दिवसीयः 24-7 से 4-8, 14 से 25-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12,

**धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)**

विपश्यना ध्यान समिति, लाहली - आंवल रोड, गाँव लाहली, तहसील - कलानी, जिला: रोहतक - 124001, संर्कः 92543-48837, 9416303639. दस-दिवसीयः 17 से 28-7, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 16 से 27-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12,

**धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)**

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गांव आनंदगढ़, पो. मेहलावली जिला-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dharma.dhamma.org, दस-दिवसीयः 17 से 28-7, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टनः 16 से 24-10, 3-दिवसीयः 1 से 4-8, 31-10 से 3-11,

**धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)**

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

**धम्मलद्वः लेह-लद्दाख (जम्मू-कश्मीर)**

विपश्यना साधना लद्दाख, लेह से 8/9 कि. मी. संर्कः श्री लोभङ्ग विसुद्धा, एन्सट्र ट्रेक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दस-दिवसीयः (पुरुष एवं महिलाएँ) 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 16 से 27-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 4 से 15-12, ● सतिपट्टनः 9 से 17-8, साम्ना: हर रविवार प्रातः 9:00 से 1-दिवसीयः हर माह दूसरे रविवार. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

**धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)**

देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादून केंद्र तथा संतला देवी मंदिर के पास, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दस-दिवसीयः 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, ● सतिपट्टनः 17 से 25-8, 3-दिवसीयः 11 से 14-8, 20 से 23-10, संर्कः 1) श्री भंडारी, 16 टैगोर विला, चक्रता रोड, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566,

**धम्मलक्षणा : 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@lakhana.dhamma.org, मोबा. 97945-45334, 9453221879. दस-दिवसीयः हर महीने 4 से 15 तथा 19 से 30 अन्य शिविरों के समय नहीं. ● सतिपट्टनः 19 से 27-10, 3-दिवसीयः 28 से 31-10, 2-दिवसीयः हर महीने 15 से 17 अन्य शिविरों के समय नहीं. (1-दिवसीयः हर माह पहले रविवार प्रातः 9 से 5 तक, संर्कः 9794545331, 9335906341) ● दीर्घ-शिविरः 4 से 25-12, संर्कः 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मृदुला मुख्या, 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-दिवसीयः 17 से 28-7, 2 से 13-8, 17 से 28-8, 2 से 13-10, 2 से 13-12, ● सतिपट्टनः 29-8 से 6-9, 14 से 22-12, ● दीर्घ-शिविरः 20-दिवसीयः 8 से 29-9, 45-दिवसीयः 15-10 से 30-11, संर्कः 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री हेलीया, मोबा. 094150-36896,

**धम्मचक्र : सारानाथ (उ. प्र.)**

विपश्यना साधना केंद्र, खरगीपुर गांव, पो. पिपरी, चौबेपुर, (सारानाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org, (सारानाथ म्यूजियम से ऑटोरिक्षा 100/- है।) दस-दिवसीयः 18 से 29-7, 3 से 14-8, 18 से 29-8, 3 से 14-9, 18 से 29-9, 3 से 14-10, 3 से 14-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टनः 18 से 26-10, 3-दिवसीयः 27 से 30-11, 1-दिवसीयः 28-7, 25-8, 22-9, 27-10, 24-11, 22-12, ● बाल शिविरः 1-9, ● दीर्घ शिविरः 20-दिवसीयः 3 से 24-11, संर्कः मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000 Email: manju.aug4@gmail.com

**धम्मकल्याण : कानपुर (उ. प्र.)**

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, ढोड़ी घाट, रूमा, पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशन से 23 कि मी) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (बिना बुकिंग प्रवेश निकल नहीं) दस-दिवसीयः 20 से 31-7, 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, ● सतिपट्टनः 22 से 30-11, 3-दिवसीयः 28 से 31-8, एक-दिवसीयः हर माह चौथे रविवार. सुबह 10 से सायं 5 तक, ● दीर्घ-शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 20-11 से 1-12, 20-दिवसीयः 5 से 26-8,

**"धम्मकाया" कुशीनगर (उ. प्र.)**

"धम्मकाया" विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम- धूरिया भाट, बनवारी टोला के पास तहसील-कसबा, देवरिया रोड, तहसील कसबा, जिला- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaya.vskk@gmail.com; दस-दिवसीयः हर माह 1 से 12 तथा 16 से 27, संर्कः श्री युधिष्ठिर मोबा. 09452975280, संर्कः 1) डॉ. विमलकुमार मोदी, द्वारा- आरोग्य मंदिर, गोरखपुर-273003, 2) मोबा. 9935599453

**धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)**

विपश्यना केंद्र, पुरीस स्टेशन के पीछे, टॉवर रोड, सैफपुर गुहद्वारा के पास, हस्तिनापुर, जिला- मेरठ-250002, कार्यालय संर्कः फोन: 2513997, 2953997, मोबा. 9319145240, 10-दिवसीयः 24-7 से 4-8, 14 से 25-8, 28-8 से 8-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 27-11 से 8-12, 18 से 29-12, 3-दिवसीयः 12 से 15-9, 7 से 10-11, 12 से 15-12,

**धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)**

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, ग्राम- लदीया, पार्की, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 09931161290, 8935963703, 9431245971, दस-दिवसीयः हर माह 5 से 16 तथा 19 से 30, केवल सतिपट्टन शिविर के समय में नहीं, संर्कः श्री राजकुमार गोक्यक, फोन: 0621 2240215, Email: info@licchavi.dhamma.org

**धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)**

बाराचकिया - 845412, पुरं चम्पान, बिहार, संर्कः फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammaupavan@gmail.com, दस-दिवसीयः 1 से 12-8, 1 से 12-9, 1 से 12-10, 1 से 12-11, 1 से 12-12, वैशाली (बिहार): दस-दिवसीयः हर माह 4 से 15 तथा 18 से 29, मार्च से दिसंबर, सतिपट्टन के समय नहीं ● सतिपट्टनः 4 से 12-11, स्थान: वेतनाम महाप्रजापति नन्दी, विश्वाशति पगोडा रोड, वैशाली-844128, संर्कः श्री राजकुमार गोक्यक, फोन: 0621 2240215, 8935963703, 9431245971, Email: info@vaishali.in.dhamma.org

**धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)**

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मागध विश्वविद्यालय के समीप, पो. मागध विश्वविद्यालय, गया-बोधी रोड, बोधगया-842434, मोबा. 94716-03531, Email: info@bodhi.dhamma.org; संर्कः फोन: 99559-11556. दस-दिवसीयः 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, ● सतिपट्टनः 20 से 28-9,

● दीर्घ शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 6 से 17-10, 20-दिवसीयः 6 से 27-10, 30-दिवसीयः 1-8 से 1-9,

नालंदा (बिहार): दस-दिवसीयः हर माह 2 से 13, स्थान: शिल्प ग्राम, नव नालंदा महाविहार के समीप, गच्छरमंट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, संर्कः डॉ. लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com. online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

पटना: (बिहार) दस-दिवसीयः हर माह 3 से 14 तथा 17 से 28 केवल मई में नहीं, ● सतिपट्टनः 18 से 26-5, स्थान: विपश्यना साधना बुद्ध स्मृति पार्क, फ्रेजर रोड परिया, पटना जंक्शन के सामने, फोन: (91) 6205978821/22

**कच्छ एवं गुजरात**

**धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)**

कच्छ विपश्यना केंद्र, ग्राम- बाड़ा, ता. मांडवी, जिला- कच्छ 370475. मोबा. 963857325, Email: info@sindhu.dhamma.org, (शिविर आरंभ होने के दिन सीधे केंद्र जाने के लिए वाहन सुविधा उपलब्ध। तदर्थ संर्क- फोन: भुज: 094274-33534, गांधीधाम: 094262-50746. मांडवी: 9974575660.) दस-दिवसीयः 17 से 28-7, 30-7 से 10-8, 12 से 23-8, 25-8 से 5-9, 8 से 19-9, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12, ● सतिपट्टनः 10 से 18-9, 15 से 23-11, 3-दिवसीयः 15 से 18-8, 22 से 25-12, ● दीर्घ शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 27-11 से 8-12, 20-दिवसीयः 25-9 से 16-10, 4 से 25-3-2020, 30-दिवसीयः 25-9 से 26-10, 4-3 से 4-4-2020, 45-दिवसीयः 1-1 से 16-2-2020, संर्कः मोबा. 7874623305, 9825320551.

**धम्मकोट : राजकोट (गुजरात)**

सौराष्ट्र विपश्यना केंद्र, कोठारिया रोड, राजकोट. फोन: (0281) 2924924, 2924942, मोबाईल: 7878727240, 93279-23540, Email: info@kota.dhamma.org, 10-दिवसीयः 24-7 से 4-8, 16 से 27-8, 1 से 12-9, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 24-10 से 4-11, 7 से 18-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टनः 3 से 11-9, 3-दिवसीयः 3 से 6-10, 1-दिवसीयः 21-7, 29-9, 13-10, 29-12, सहायक आचार्यों की कार्यशाला: 10 से 13-8, धम्मसेवक कार्यशाला: 14 से 15-9, संर्कः 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फैक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

गुजराती पत्निका (एक वर्ष 30 रुपये / चार वर्ष 100 रुपये) संर्कः सौराष्ट्र विपश्यना विशोधन केंद्र, भाभा भोजन गृह, पंचनाथ रोड, राजकोट-360001. फोन: (0281) 2233666, मोबाईल: 94272-21591. 7878727223,

**धम्मदिवकर : मेहसाणा (गुजरात)**

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीठू गांव, ता. जिह्वा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, (02762) 272800. संर्कः 1. निखिलभाई पारीव, मोबा. 09429233000, 2. श्री उषेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrapatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, 10-दिवसीयः 18 से 29-7, 31-7 से 11-8, 14 से 25-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 30-10 से 10-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, किशोरियों का शिविर: 12 से 20-11, ● दीर्घ शिविरः विशेष दस-दिवसीयः 12 से 23-2-2020,

**धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)**

गुर्जर विपश्यना केंद्र, (अहमदाबाद रेलवे स्टेशन से 40 कि.मी.) ग्राम रोनाडा, ता. धोलाका, 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, पालेटी बस स्टैंड (अहमदाबाद) दोपहर 2:30 बजे) 10-दिवसीयः 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 25-10 से 5-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12, 25-12 से 5-1-20, ● सतिपट्टनः 15 से 23-10, 3-दिवसीयः 7 से 10-11, संर्कः 1) श्रीमती शशि तोदी, मोबा. 98240-65668.

**धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात**

विपश्यना ध्यान केंद्र, नेशनल हाइवे नं. 8, (मुंबई से अहमदाबाद) पश्चिम से 2 कि० मी० दूरी पर बोरीयाच टोलनाका, ग्राम बागलवाड ता. गान्देवी, जि. नवसारी, मोबा. 09586582660, पंजीकरण: दोपहर 11 से सायं 5 (0261) 3260961, 09825955812. www.ambika.dhamma.org; Online registration: dhammaambikasurat@gmail.com; संर्कः 1) वसंतभाई लाड, मोबा. 09428160714, 2) श्री रतनशीर्भाई के. पटेल, मोबा. 09825044536, दस-दिवसीयः 21-7 से 1-8, 3 से 14-8, 24-8 से 4-9, 11 से 22-9, 24-9 से 5-10, 13 से 24-10, 1 से 12-11, 15 से 26-11, 3 से 14-12, 3-दिवसीयः 15 से 18-8, 5 से 8-9, 7 से 10-10, 28-11 से 1-12, धम्मसम्मेलनः 2-2-2020, ● दीर्घ शिविरः 30-दिवसीयः 17-12 से 17-1-2020, 45-दिवसीयः 17-12 से 1-2-2020

**धम्मपालि : भावनगर, गुजरात**

विपश्यना केंद्र, टोड़ी गांव, सोनगढ़-पालीताणा रोड, जिला- भावनगर, गुजरात - 364240, Email: dhammapali15@gmail.com, संर्कः मोबा. 7878103636, 88666713636, कार्यालय: 0278-2521066, 8758561616, दस-दिवसीयः 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 23-10 से 3-11, 4 से 15-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, धर्मजः 10-दिवसीयः 13 से 24-9, 5 से 16-11, 13 से 24-12, 3-दिवसीयः 10 से 13-8, 1-दिवसीयः 8-10, संर्कः 1) धर्मज विपश्यना साधना समिति, व/ओ जी. एम्. विन्कताश्रम कान्हेरुक, आश्रम रोड, धर्मज-388430. फोन: (02697) 245460 (कार्यालय सुबह 9 से शाम 5 बजे तक), 1) श्री हेमन्तभाई, मोबा. 94265-00765. 2) श्री दीपकभाई, Email: vipassana.dharmaj@gmail.com, मोबा. 94289-00794. 8200355514.

**दक्षिण भारत**

**धम्मपफुल्ल : अलूर, बंगलूरु (कर्नाटक)**

बंगलूरु विपश्यना केंद्र, अलूर-562123. (गाँव अलूर, अलूर पंचायत कार्यालय के पास) तुमकर हाईवे के सामने दासन्धरा बंगलूरु उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोन: (0880) 23712377, मोबा. 7829912733, 8861644284, 9972588377, Email: info@aphulla.dhamma.org, (बंगलूरु रेलवे स्टेशन से 23 की. मी. दूर) दस-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 9 से 20-10, 29-10 से 9-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12. ● सतिपट्टान: 12 से 20-11,

**धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)**

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पद्मान - थंडलम रोड, धीरमुद्रिकम, चेन्नई-600044, शिविर संवैधी जानकारी तथा पंजीकरण के लिए संपर्क: फोन: 044-65499965, मोबाइल: 94442-80952, 94442-80953, (केवल 10 बजे से 1 तथा सायं 2 से 5 बजे तक). Email: setu.dhamma@gmail.com, संपर्क: श्री गोयन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फैक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgiclothing.in, 10-दिवसीय: 17 से 28-7, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 4 से 15-12, 18 से 29-12, 3-दिवसीय: 1 से 4-8, 28-11 से 1-12, ● बाल-शिविर: 28-7, 18-8, 15-9, 13-10, 24-11, 29-12, धम्मसेवक सम्मेलन: 1-9, 10-11, ● दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 15 से 26-10,

**धम्म मधुरा : मधुराई (तमिलनाडु)**

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेतिया पट्टी, ता. आतूर पो. गांधीग्राम युनिवर्सिटी दिंडीगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 94422603490, 9442103490, 10-दिवसीय: 17 से 28-7, 14 से 25-8, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टान: 31-8 से 8-9, 3-दिवसीय: 1 से 4-8, 17 से 20-10,

**धम्म अरुणाचल, तिरुवमलाई, (तमिलनाडु)**

विपश्यना साधना केंद्र, गाव परुम्बकम, तिरुवमलाई, तमिलनाडु - 606603, फोन: 9597246178, 91-9884393459, Email: info@arunachala.dhamma.org, 10-दिवसीय: 17 से 28-7, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 25-9 से 6-10, 23-10 से 3-11, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टान: 12 से 20-10, 3-दिवसीय: 1 से 4-8, 19 से 22-9, 9 से 12-10,

**धम्मकेतन : चेन्नानूर (केरल)**

विपश्यना साधना केंद्र, पो. मम्परा (व्याघ्र) कोडुक्कलान्जी, चेन्नानूर, जि. अलपुञ्जा, केरल-689508. फोन: (0479) 235-1616. Email: info@ketana.dhamma.org, दस-दिवसीय: हर माह 15 से 26 तथा नवंबर 2019 में 1 से 12-11, 15 से 26-11, एवं 2020 में जनवरी तथा मार्च में आगे की तरह। 1 से 12 तथा 15 से 26, 3-दिवसीय: 9 से 12-8, 4 से 7-10, 2-दिवसीय: 29-11 से 1-12, ● बाल-शिविर: (10 से 14 वर्ष) 2-10, (14 से 18 वर्ष) 27-10, संपर्क: 1) डा. गोपीनाथ नायर, मोबा. 9447287415, 2) श्री रघुनाथ कृष्ण, मोबा. 94951-18871,

**धम्मसेतु : हैदराबाद (तेलंगाना)**

विपश्यना अन्तर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (12.6 किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, वनस्थलीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाना पंजीकरण: (प्रातः 9 से १२ तथा ३ से ५ तक) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, दस-दिवसीय: 31-7 से 11-8, 14 से 25-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 1 से 12-10, 16 से 27-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टान: 18 से 26-9, 3-दिवसीय: 29-8 से 1-9, 28 से 31-10, 2-दिवसीय: 12 से 14-10, 1 से 3-11, 1-दिवसीय: हर रविवार, धम्मसेवक कार्यशाला: 26 से 28-8, ● दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 3 से 14-6-2020, 20-दिवसीय: 3 से 24-6-2020, 30-दिवसीय: 3-6 से 4-7-2020, 45-दिवसीय: 3-6 से 4-7-2020,

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

**धम्म कोण्डञ्ज, कोंडापुर (मिडक, तेलंगाना)**

धम्म कोण्डञ्ज, VIMC, कोंडापुर (व्याघ्र) संगारेड्डी, जि. मेडक - 502306. संपर्क: मोबा. 93920-93799, 93983-16155. Email: info@kondanna.dhamma.org, 10-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 14 से 25-8, 28-8 से 8-9, 11 से 22-9, 25-9 से 6-10, 9 से 20-10, 22-10 से 2-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12, 25-12 से 5-1-2020, 2-दिवसीय: 9 से 11-8, एक-दिवसीय: हर पूर्णिमा, धम्मसेवक कार्यशाला: 8 से 10-11, ● दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 4 से 25-11,

**धम्मनागाञ्जुन : नागाञ्जुन सागर (तेलंगाना)**

संपर्क: VIMC, हिल कालोनी, नागाञ्जुन सागर, जि. नालगोंडा तेलंगाना, पिन-508202. पंजीकरण: 9440139329, (8680) 277944, मोबा: 093484-56780, (केवल 10 से शाम 5 तक) Email: info@nagajuna.dhamma.org दस-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 7 से 18-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, ● सतिपट्टान: 16 से 24-10, 2-दिवसीय: 9 से 11-8, 13 से 15-9, 11 से 13-10, 8 से 10-11, 13 से 15-12, किशोरों का शिविर: 29-9 से 7-10, 30-11 से 8-12, किशोरियों का शिविर: 21 से 29-12, धम्मसेवक कार्यशाला: 6 से 8-9, ● दीर्घ शिविर: 45-दिवसीय: (15 दिवसीय आनापान) 29-10 से 14-12, 22-12-19 से 6-2-2020.

**तेलुगु पत्रिका (एक वर्ष 50 रुपये) संपर्क: धम्मसेतु**

**धम्मनिज्जान : निजामाबाद (तेलंगाना)**

धम्मनिज्जान, VIMC, इंद्र, पो. पोचारा-503186, वेदपल्ली मंडल, जि. निजामाबाद, तेलंगाना मोबा: 99085-96336, 094415-25115. Email: info@nijhana.dhamma.org, 10-दिवसीय: 17 से 28-7, 31-7 से 11-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 16 से 27-10, 6 से 17-11, 20-11 से 1-12, 4 से 15-12, 18 से 29-12, 3-दिवसीय: 17 से 20-8, किशोरों का शिविर: 2 से 10-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 27 से 29-10,

**धम्मारात : भीमावरम, पश्चिम गोदावरी, (आंध्र प्रदेश)**

VIMC, कुमुदावल्ली गांव, भीमावरम-भानुको रोड, मंडल-पाल कोडेरे, जि. पश्चिम गोदावरी, पिन-534210. फोन: 08816-236566, 99893-82887, Email: info@rama.dhamma.org, 10-दिवसीय: 7 से 18-8, 4 से 15-9, 10 से 21-10, 6 से 17-11, 1 से 12-12, ● सतिपट्टान: 15 से 23-12, 1-दिवसीय: हर माह चौथे रविवार, ● एक-दिवसीय बाल-शिविर: हर दस दिवसीय शिविर के आखरी दिन (उम्र: 10 से 18 वर्ष, सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक), ● दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 17 से 28-9,

**धम्मविजय : पश्चिम गोदावरी (आंध्र प्रदेश)**

धम्मविजय, VMC, विजयराय, पोस्ट-पेदावरी मंडलम, पिन-534475, जि. पश्चिम गोदावरी, (आंध्र प्रदेश). (एतलू से 15 किमी) फोन: (08812) 225522; मोबा. 94414-49044, 98660-97618. Email: info@vijaya.dhamma.org, 10-दिवसीय: 17 से 28-7, 18 से 29-8, 18 से 29-9, 15 से 26-10, 20-11 से 1-12, 18 से 29-12, ● सतिपट्टान: 2 से 10-11, ● एक-दिवसीय बाल-शिविर: हर दस दिवसीय शिविर के आखरी दिन (उम्र: 10 से 18 वर्ष, सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक),

**मध्य एवं पूर्व भारत**

**धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)**

धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैनांगा तट, रंगोटाटा, पो. गरी, बालाघाट. फोन: (07632) 248145, मोबा. 8989845100, 97531-44641, संपर्क: 1) श्री खोराडे, मोबा. 94243-36241. 2) श्री मेश्राम, फोन: (07632) 239165, Email: dinesh-meshram@hotmail.com, मोबा. 09425140015, 10-दिवसीय: 20 से 31-8, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 1 से 12-10, 26-10 से 6-11, 13 से 24-11, 26-11 से 7-12, 10 से 21-12, ● सतिपट्टान: 16 से 24-10, 22 से 30-12, 2-दिवसीय: 10 से 12-8, 26 से 28-10, 10 से 12-11, 1-दिवसीय: 29-9, 24-11, 8-12, ● बाल-शिविर: 1-9, धम्मसेवक कार्यशाला: 15-9, ● दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 20-7 से 10-8, 30-दिवसीय: 2020 3-1 से 3-2,

**धम्मबल : जबलपुर (म.प्र.)**

विपश्यना साधना केंद्र, भेड़ाघाट थाने से एक किलोमीटर, बापट मार्ग, भेड़ाघाट, जबलपुर. संपर्क: फोन: 0761-2610252. 2) श्री मंथेरा, मोबा. 99815-98352 3) श्री सौरभ, मोबा. 8109397741. 10-दिवसीय: 15 से 26-9, 10 से 21-10, 17 से 28-11, 1 से 12-12,

**धम्मपाल : भीपाल (म.प्र.)**

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दीलतपुर, भीपाल-462044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 10-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, (केवल अंग्रेजी तथा वेतनामीज भाषी) 27-11 से 8-12, ● सतिपट्टान: 6 से 14-8, 3-दिवसीय: 16 से 19-8, 22 से 25-10, 1-दिवसीय: 21-7, 4-8, 29-9, 10-11, 24-11, ● बाल-शिविर: (8 से 12 वर्ष) 15-9, (13 से 16 वर्ष) 1-9, धम्मसेवक कार्यशाला: 18 से 20-10, ● दीर्घ शिविर: 30-दिवसीय: 12-12-2019 से 12-1-2020, 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

**धम्ममालावा : इंदौर (म.प्र.)**

विपश्यना केंद्र, ग्राम - जंबुडी हम्सी, गोमटगिरी के आगे, पित्तु पर्वत के सामने, हातोद रोड, इंदौर-452003. Email: info@malava.dhamma.org; dhama-malava@gmail.com संपर्क: 1) इंदौर विपश्यना इंटरनेशनल फाउंडेशन, ट्रस्ट, फोन: (0731) 4273313. 2) श्री अवधूत गोखले, मोबा. 9407406620. दस-दिवसीय: 22-7 से 2-8, 3 से 14-8, (केवल पुराने साधकों के लिए 18 से 29-8), 1 से 12-9, 15 से 26-9, 6 से 17-10, 3 से 14-11, 1 से 12-12, 22-12 से 2-1-2020, ● सतिपट्टान: 16 से 24-11, 3-दिवसीय: 14 से 17-8, 2-दिवसीय: 19 से 21-7, 18 से 20-10, 13 से 15-12, 1-दिवसीय: हर माह प्रथम रविवार, (प्रातः 8 से 1:30) तथा अथ रविवार सा. साधना प्रातः 9:30 से 10:30 साम्. साधना संपर्क: मोबा. 9425478409, धम्मसेवा शिविर: प्रातः 7:30 से शाम 5 बजे तक 2-10, धम्मसेवक कार्यशाला: 28-9 प्रातः 7 से 29-9 शाम 5 बजे तक,

**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: 11 से 22-8, 8 से 19-9, 6 से 17-10, 17 से 28-11, ● सतिपट्टान: 8 से 16-12, साम्. साधना: हर रविवार प्रातः 8 से 9 संपर्क कार्यलय: विक्रम नगर, म्हेरो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

"विपश्यना धम्मगुना, ग्राम-पगारा, 12 किमी. ग्राम पगारा, गुना-ग्वालियर संभाग। दस-दिवसीय: 21-7 से 1-8, 25-8 से 5-9, 15 से 26-9, 3 से 14-11, 3-दिवसीय: 18 से 21-10, ● सतिपट्टान: 30-11 से 8-12, 1-दिवसीय: 29-9-19, 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. 9425513103,

Email: info@guna.dhamma.org आमला (बैतुल) दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 6 से 17-11, (केवल महिलाएं) 27-11 से 8-12, 3-दिवसीय: 24 से 26-12, 1-दिवसीय: 21-7, 18-8, 15-9, 29-9, 20-10, ● बाल-शिविर: (8 से 16 वर्ष) 25-8, 29-9, 27-10, स्थान: प्रज्ञा भवन भीम नगर आमला, जिला बैतुल (म.प्र.) संपर्क: 1) श्री तोवू हुस्माडे, मोबा. 8234025899, 2) शैलेन्द्र सूर्यवंशी, मोबा. 9907887607.

**धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ़)**

विपश्यना केंद्र, धनीद, व्याघ्र-अंजीर, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana\_kendra@yahoo.in, दस-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 17 से 28-8, 31-8 से 11-9, 15 से 26-9, 9 से 20-10, 30-10 से 10-11, 16 से 27-11, 20 से 31-12, 3-दिवसीय: 9 से 12-8, 1-दिवसीय: 21-7, 4-8, 10-11, 29-9, ● बाल-शिविर: 15-9, 20-10, 1-12, 15-12, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 1 से 12-12, संपर्क: 1. श्री जे पी बाग्हे, मोबा. 96916-46094, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706,

**धम्माराद : बिलासपुर (छत्तीसगढ़)**

विपश्यना केंद्र, बिलासपुर शहर से 23 कि.मी. और कारगी रोड रेलवे स्टेशन से 8 कि.मी. की दूरी पर भरारी, व्याघ्र मोहनबाग, ता. लखतपुर, जिला-बिलासपुर. Email: dhammagarh@gmail.com, 10-दिवसीय: 8 से 19-8, 10 से 21-10, 7 से 18-11, 20 से 31-12, ● सतिपट्टान: 14 से 22-9, 1-दिवसीय: 8-9, ● बाल-शिविर: 29-9, 24-11, 15-12, संपर्क: 1) श्री डी. एन. द्विवेदी, मोबा. 9806703919, 2) श्री एस मेश्राम, मोबा. 982619-60230,

**धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)**

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चंद्र दत्ता रोड, पनिहटी, बारा मन्दिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, संपर्क: कार्यालय: टैकबेको हाऊस, 5 वा माळा ह्वम नं. 523, 1, ऑल कोर्ट हाऊस कॉरनर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317, दस-दिवसीय: 24-7 से 4-8, 21-8 से 1-9, 4 से 15-9, 18 से 29-9, 2 से 13-10, 16 से 27-10, 30-10 से 10-11, 13 से 24-11, 27-11 से 8-12, 11 से 22-12, ● सतिपट्टान: 7 से 14-8, 2/3-दिवसीय: 17 से 20-7, 16 से 19-8, 1-दिवसीय: 21-7, 4-8, 1-9, 15-9, 29-9, 13-10, 27-10, 10-11, 24-11, 8-12, 22-12, ● बाल-शिविर: 4-8, 29-9, 27-10, 24-11, 22-12,

**धम्मपुरी : उत्तर त्रिपुरा (त्रिपुरा)**

त्रिपुरा विपश्यना मॉडिशन सेंटर, पो. मचमरा, जि. उनाकोटी, त्रिपुरा पिन: 799263. Email: info@Puri.dhamma.org. मोबा. 09436477510, 8974653507, दस-दिवसीय: 10 से 21-8, (केवल महिलाएं) 1 से 12-9) 19 से 30-9, 5 से 16-10, 1 से 12-12, ● सतिपट्टान: 9 से 17-11, 3-दिवसीय: 28 से 31-12, ● बाल-शिविर: (केवल लड़कियां 8 से 12 वर्ष) 20-12-19, (केवल लड़कियां 13 से 17 वर्ष) 21-12-19, (केवल लड़के 8 से 12 वर्ष) 24-12-19, (केवल लड़के 13 से 17 वर्ष) 25-12-19, संपर्क: श्री मोहन देवान, फोन: 0381-2300441, मोबा. 09862154881, 09402527191. Website: www.puri.dhamma.org

**धम्मउत्कल : खरियारा रोड (उड़ीसा)**

विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम चानरोपो. अम्सेना. (व्याघ्र) खरियारा रोड जिला: नुआपाडा, उड़ीसा-766106, संपर्क: 1) श्री. हरिलाल साहू, मोबा. 09407699375, Email: harilal.sahu@gmail.com 2) श्री. प्रफुल्लदास, मोबा. 7077704724, दस-दिवसीय: 11 से 22-8, 8 से 19-9, 13 से 24-10, 8 से 19-12, ● सतिपट्टान: 24-11 से 2-12, 1-दिवसीय: दस-दिवसीय तथा दीर्घ-शिविर के समापन के दिन ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 3 से 14-11,

**धम्म भुवनेश्वर : कान्ताबाडा, (उड़ीसा)**

"धम्म भुवनेश्वर" मू. पो. कान्ताबाडा, जि. खोरडा, संपर्क: 1) श्री कर, फोन: (0674) 2354207, 9437131019. 2) श्री डी. एल दास, फोन: (0674) 2475757, 9438012166. Email: vipassanabbsr@gmail.com, दस-दिवसीय: 17 से 28-7, 14 से 25-8, 18 से 29-9, 16 से 27-10, 13 से 24-11, 18 से 29-12, 2-दिवसीय: 8 से 10-11, 1-दिवसीय: हर माह पहले रविवार, साम्. साधना: हर रविवार प्रातः 10 से 11

**धम्मअरुण : चांगलांग (अरुणाचल प्रदेश)**

विपश्यना साधना केंद्र, मुदोई गांव, पोलीस चेक गेट, जिला-चांगलांग (नमसाइ से मुदोई चेक गेट 13 कि.मी.) संपर्क: 08413929551, 09436872876, केवल Whatsapp Messages: 9830647753,

**धम्मपुब्बोत्तर : कमलानगर, मिजोरम**

मिजोरम विपश्यना साधना केंद्र, कमलानगर-2, सौएडीसी, चांगते-सी, जि. लोंगतलाई, मिजोरम-796772. 10-दिवसीय: (केवल महिलाएं 3 से 14-8), 19 से 30-10, 16 से 27-11, ● सतिपट्टान: 11 से 19-12, 1-दिवसीय: हर माह पहले रविवार तथा माघ, वैशाख, आषाढ़, आश्विन, पौष/कातिक, चैतीमा के दिन, ● बाल-शिविर: हर माह दुसरे शनिवार, संपर्क: 1) श्री दिगंबर चकमा, फोन: 0372-2563656. मोबाईल 094367-71165, Email: mvmc.knagar@gmail.com,

**दुबई (यूनाइटेड अरब एमीरात्स)**

संपर्क: श्री गोयन्का, पो. बाक्स -52207, दुबई, यूनाइटेड अरब एमीरात्स; मोबाईल: 97150-6462507. फोन: (971) (4) 2956544 (का.), 2230536 (फि.), Email: jsgoenka@gmail.com 2) श्री चन्द्रन, मोबाईल: 97150-7683301, 3) श्री आशिष जतीवाल, मोबा. 97150-3554052; 10-दिवसीय: 13 से 24-9, 4 से 15-10, 1 से 12-11, 22-11 से 3-12, 13 से 24-12,