

विपश्यना

E-NEWS LETTER
वार्षिक शुल्क रु. ३०/
आजीवन शुल्क रु. ५००

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

साधक मराठी

बुद्धवर्ष 2564, फाल्गुन पौर्णिमा (ऑनलाइन), 28 मार्च, 2021, वर्ष 4, अंक 13

For Online Patrika in various Languages, visit : <https://www.vridhamma.org/newsletters>

धम्मवाणी

न तावता धम्मधरो, यावता बहु भासति ।
यो च अप्पम्पि सुत्वान, धम्मं कायेन पस्सति ।
स वे धम्मधरो होति, यो धम्मं नप्पमज्जति ॥

— धम्मपदपाळि-259, धम्मट्टवगो

खूप बोलण्यामुळे कोणी धर्मधर होत नाही. जो (कोणी) थोडे पण (धर्माचे बोल) ऐकून कायेने धर्माचे दर्शन करू लागतो (अर्थात विपश्यना करू लागतो) आणि जो धर्माच्या (आचरणा)मध्ये प्रमाद करीत नाही, तो निःसंदेह 'धर्मधर' असतो.

बुद्धाद्वारा शिकवला
गेलेला अष्टांगिक मार्ग
ऋजू मार्ग आहे, सरळ
मार्ग आहे. हा सर्व
दुःखांतून मुक्ती
मिळवून देतो.



श्वासाचे कोणते वर्गीकरण नाही.

सत्यनारायण गोयंका यांच्याबरोबर नादिरा सेनेविरले द्वारा 'The ISLAND'

समाचार पत्रासाठी घेतली गेलेली मुलाखत – कोलंबो, श्रीलंका, 18 मई, 2006.

मुलाखत - प्रश्नोत्तर

प्रश्न: आपल्यासाठी २५५०व्या बुद्धजयंतीचे काय महत्त्व आहे?

उत्तर: खूप महत्त्व आहे. कारण पहिल्या बुद्धशासनाची पंचवीसशे वर्ष, पन्नास वर्षापूर्वी पूर्ण झाली आणि आता द्वितीय बुद्ध शासन सुरू झाले आहे. यावर्षी द्वितीय बुद्ध शासनाचे ५० वे वर्ष आहे. खूपच महत्त्वपूर्ण काळ जेव्हा की बुद्धांची शिकवण दुसऱ्यांदा उदय होऊन संपूर्ण विश्वात पसरले.

प्रश्न: बुद्ध शासन किती काळ चालेल याविषयी विभिन्न मान्यता आहेत. श्रीलंकेमध्ये हे मानले जाते की हे पाच हजार वर्षांपर्यंत चालेल आणि दुसऱ्याचे असे मानणे आहे की हे दहा हजार वर्षांपर्यंत चालेल. याविषयी आपले काय मत आहे ?

बुद्धांची शिकवण परिणाम देत आहे तर भविष्याची चिंता कशाला करायची. परिणाम इथल्या इथे आहेत हेच आमच्यासाठी अधिक महत्त्वपूर्ण आहे. ही शिकवण विलुप्त झाली होती.

The Island

Thursday 18th MAY 2006 Registered in Sri Lanka as a Newspaper Vol.26 No.115 PRICE Rs.15.00



Sri Rajapaksha, President of Sri Lanka offering high title to Goenkaji

[राष्ट्रीय स्तरावर भगवान बुद्धांची 2550 वी जयंती साजरी करताना श्रीलंका सरकारने अनेक कार्यक्रम आयोजित केले आणि त्यात भाग घेण्यासाठी गोयंकाजींना राज्य अतिथीच्या रूपाने आमंत्रित केले. या प्रसंगी श्रीलंकेचे राष्ट्रपती महामहिम महिंद्र राजपक्षे यांनी त्यांना "जिन सासन सोभन पटिपत्तिधज" नावाच्या पुरस्काराने सन्मानित केले आणि देशाचे प्रधानमंत्री श्री रत्नसिरि विक्रमनायक यांनी सार्वजनिक समारोहात त्यांचे स्वागत करीत त्यांना हा पुरस्कार प्रदान केला.]



Goenkaji being honored by leading Bhikkhu Sangha of Sri Lanka

[याच वेळी श्रीलंकेतील भिक्षू महासंघनायकांची सर्वोच्च संस्था "कोट्टे श्री कल्याणी सामग्रही महासंघ सभा" यांनी विश्वभरात बुद्ध शासनाच्या सेवेसाठी अपूर्व भूमिका निभावल्याबद्दल गोयंकाजी यांच्या सन्मानार्थ एक विशेष कार्यक्रम आयोजित करून त्यांना "परियत्ती विसारद" (मास्टर ऑफ डॉक्टरेट) च्या सन्मानजनक उपाधीने अलंकृत केले.]

म्हणून बुद्धांच्या शिक्षणाचा वास्तविक लाभ हरवला होता आता पुन्हा सुरु झाली आहे. परिणाम मिळत आहेत आणि हेच अधिक महत्वपूर्ण आहे.

प्रश्न: आणि हे विपश्यनेमुळे?

निश्चितच विपश्यनेमुळे!

प्रश्न: आपण म्हटले आहे की विपश्यना बुद्धांच्या शिकवणुकीचा व्यावहारिक पक्ष आहे, त्याचबरोबर सर्व धर्मांचा ही आहे.

हो, हे सर्व धर्मांसाठी आहे, प्रत्येक धर्माचे लोक याचा अभ्यास करू शकतात आणि करत आहेत. जगामध्ये असा कोणता धर्म नाही ज्याचे अनुयायी विपश्यना ध्यान शिबिरामध्ये भाग घेत नाहीत कारण बुद्धांची शिकवण-संप्रदाय विहीन आहे. विपश्यना इतकी सार्वभौमिक आहे आणि परिणाम उन्मुख आहे की यात अंधविश्वासाला कोठे स्थानच नाही. आपण अभ्यास करता, सत्याचा अनुभव घेता, आणि त्यानंतर त्यावर विश्वास ठेवता. असाच बुद्धांचा उपदेश आहे आणि हा प्रत्यक्ष परिणाम देत आहे म्हणून लोक याला सहजपणे स्वीकार करीत आहेत.

प्रश्न: आपण विपश्यनेच्या प्रशिक्षणात अन्य धर्मांनी प्रेरित आहात का?

मी हेच म्हणत आहे की आज जगात असा कोणताच धर्म नाही ज्याचे अनुयायी विपश्यनेला स्वीकारीत नाहीत. विपश्यना केंद्रामध्ये विविध धर्मांचे लोक येतात आणि भाग घेतात, न केवळ विभिन्न धर्मांचे अनुयायी तर त्यांचे प्रशिक्षक, त्यांचे आचार्य शिबिरामध्ये येतात आणि ते यामुळे खूप समाधानी आहेत. कारण शिक्षणच असे आहे, शिक्षण नैतिकतेचे आहे. आता जगामध्ये कोणता धर्म असा असेल जो नैतिकतेविरुद्ध असेल. प्रत्येक धर्म असे इच्छितो की लोक नैतिक जीवन जगोत, आणि माझे म्हणणे आहे की नैतिक जीवन जगण्यासाठी आपल्याला मनाचे मालक झाले पाहिजे, स्वतःच्या मनाला नियंत्रित करण्यासाठी सक्षम झाले पाहिजे. आणि हे तंत्र तेच शिकवते, मनाला कसे नियंत्रित करावे. आणि खूपच वैज्ञानिक रीतीने, असांप्रदायिक रीतीने आपण आपल्या श्वासाचे निरीक्षण करता. श्वास केवळ श्वास आहे. आपण या श्वासाचे कोणते वर्गीकरण करू शकत नाही. आपण असे म्हणू शकत नाही की हा बौद्ध श्वास आहे, हा ख्रिश्चन श्वास आहे, हा हिंदू श्वास आहे. श्वास आत येत आहे, श्वास बाहेर जात आहे. आपण फक्त त्याचे निरीक्षण करीत आहोत. कोणते शब्द अथवा दृश्य नाही. फक्त श्वास, माल श्वास, लोक त्याचा स्वीकार करतात, आणि आपण आपल्या शरीराचे आणि त्यावरील होणाऱ्या संवेदनाचे निरीक्षण करत राहतो की ज्या आपल्या मनाशी आणि आपल्या मानसिक विकारांशी संबंधित आहेत. आपण अनुभव करू लागतो की विकारांमुळे आपण दुःख अनुभवतो, आणि त्या विकारांतून बाहेर येऊ लागल्यानंतर चांगले जीवन, सुखी जीवन, शांतीपूर्ण जीवन जगू लागतो. हे सर्वांसाठी समान आहे आणि सर्वांसाठी समान परिणाम येतात.

प्रश्न: माझी बहीण कॅडी मध्ये दहा दिवसांच्या शिबिराला गेली होती आणि सांगत होती की पहिल्या काही दिवसात शरीरामध्ये खूप वेदना होत होत्या.

स्वाभाविक पणे असे होते. मी म्हणतो, आपल्याला अनुभव होणाऱ्या संवेदना आपण जमा केलेल्या विकारांची अभिव्यक्ती माल आहे. तर ज्या प्रकारचे विकार आहेत, तसे दुःख, सुख अथवा घृणा या रूपामध्ये प्रकट होणे सुरु होते, आपण हे अनुभवता आणि हे पण समजत असता की हे स्थायी नाहीये, शाश्वत नाहीये, आणि आपण त्याला समता भावाने पाहत

असता, एका संतुलित मनाने. आणि आपण असे पाहता की विकार कमजोर होऊन होऊन निघून जातात. आपण विकारातून मुक्त होत जातो. हे चांगले आहे की हे विकार उभरून येतात आणि निघून जातात.

हो, तिने सांगितले की शिबिराच्या शेवटी तिला खूप चांगले वाटले.

हेच होते. कारण विकार निघून जातात तेव्हा खूप चांगले वाटते. जेव्हा विकार उभरून येतात तेव्हा स्वाभाविकपणे अप्रिय वाटते. आपण जेव्हा एखाद्या फोडाला फोडतो तेव्हा त्यातील पू बाहेर येऊ लागतो.

फोडामधून पू च बाहेर येईल, गुलाब जल नाही. आपल्याकडे जेवढी घाण आहे ती बाहेर येणे सुरु होते पण जेव्हा ती संपूर्ण निघून जाते तेव्हा आपण त्यातून मुक्त होता. तेव्हा तुम्ही खरोखरच सुखी होता.

श्वास केवळ श्वास आहे. याचे कोणतेही वर्गीकरण करू शकत नाही.

- सत्यनारायण गोयन्का



इंग्रजी मधून दिलेल्या मुलाखतीचा हा व्हिडिओ आहे. या व्हिडिओला पाहण्यासाठी खाली दिलेल्या लिंक वर क्लिक करा <https://youtu.be/-4p0FbKfeB0>

प्रश्न: इथे ६० दिवसांचे शिबिर लागण्याची शक्यता आहे का ?

तसे येथे एक केंद्र आहे आणि दुसरे तयार होत आहे आणि तिथे दहा दिवसांची शिबिर होत राहतात. कोणताच प्रतिबंध नाही, जर निवासाची उपलब्धता असेल तर कोणीही या दहा दिवसांच्या शिबिरांमध्ये सामील होऊ शकतो. जी एक दिवसाची शिबिरे होतात ती केवळ जुन्या साधकांसाठी आहेत. नवीन साधकांना एका दिवसांमध्ये काहीच प्राप्त होऊ शकत नाही. कमीत कमी दहा दिवस या तंत्राने काम करण्यासाठी आणि त्याला समजण्यासाठी आवश्यक आहेत. जेव्हा लोक दहा दिवसांमध्ये पुष्ट होतात तेव्हा ते २० दिवसीय, ३० दिवसीय, ४५ दिवसीय शिबिरांमध्ये येऊ शकतात, आणि नंतर ६० दिवसांचे शिबिर सुद्धा करू शकतात. मनाच्या गहन स्तरावर अंतर्मनातील दबल्या गेलेल्या विकारांना मिटवण्यासाठी साधक गंभीरतेने काम करू शकतात. मनाला परिशुद्ध करण्यासाठी हे आवश्यक आहे आणि असे करून लोक समाधानी आहेत. सर्व शिबिरांसाठी लोक खूप प्रतीक्षेत आहेत आम्ही सर्वांना तर सम्मिलित करू शकत नाही. कॅंडी मध्ये आम्ही ३० दिवसीय आणि ४५ दिवसीय शिबिर सुरु केली आहेत परंतु अजून ६० दिवसीय शिबिर सुरु केली नाहीत.

प्रश्न: आपण संयुक्त राष्ट्र विश्व शांति शिखर परिषदेत वक्ता होतात, आपल्यामते शांती स्थापित करण्यासंदर्भात श्रीलंकेमधील समस्यांचे सर्वात चांगले समाधान काय आहे ?

सर्वासाठीच, विपश्यना सर्वात चांगले समाधान आहे. आणि मी तर म्हणून की एकमात्र समाधान आहे. प्रत्येकासाठी, प्रत्येक परिस्थितीमध्ये ! जर आपल्या मनात तणाव असेल, जर आपण स्वतः दुःखी असू तर आपण कोणत्या समस्येचे निवारण कसे शोधू शकतो, जर मन शांत आहे आणि शांत मन शुद्ध होते तेव्हा आपण जो काही निर्णय घेऊ तो एक चांगला निर्णय असेल, योग्य निर्णय असेल. परंतु आधी मन तर शांत

आणि शुद्ध होऊ दे. विपश्यना हेच शिकवते.

प्रश्न: तर मग आपल्या नेत्यांनी सुद्धा शिबिरांमध्ये भाग घेतला पाहिजे.

नक्कीच, परंतु आपण नेत्यांना येण्यासाठी मजबूर तर नाही करू शकत. आमच्याकडे त्यांचे स्वागतच आहे. आणि बऱ्याच नेत्यांनी भारत आणि अन्य देशांमध्ये शिबिरात भाग घेतला आहे आणि ते त्या शिबिरामुळे खुश आहेत. विभिन्न समुदायांतून, विभिन्न धर्मातून, विभिन्न देशांतून लोक येतात आणि त्या सर्वांना एकसारखा सकारात्मक परिणाम प्राप्त होतो. बुद्धांची शिकवण इतकी सार्वभौमीक आणि गैर-संप्रदायी आहे की लोकांना असं काही वाटत नाही की यामध्ये काही विदेशी अथवा कोणा अन्य धर्माशी संबंधित काही गोष्टी आहेत. ते असं म्हणतात की अरे हे तर आमच्या धर्मासारखेच आहे. ख्रिश्चन मिशनऱ्यांच्या समूहातील एक बुजुर्ग माता मेरी जेव्हा आमच्याकडे आली तेव्हा शिबिराच्या शेवटी म्हणाली- गोयंकाजी, तुम्ही तर बुद्धांच्या नावाखाली ख्रिश्चन धर्म शिकवीत आहात ! माई, मी तर धर्म शिकवीत आहे, जो सर्वांसाठी आहे.

प्रश्न: श्रीलंकेमध्ये आमच्या अधिकाऱ्यांना शिबिरांमध्ये भाग घेण्यासाठी पगारी रजा मिळायला पाहिजे आणि विपश्यना शिबिर करण्यासाठी प्रोत्साहित केले गेले पाहिजे.

लोक जेव्हा अनुभवतात की यातून चांगले परिणाम मिळतात, तेव्हा त्यांना वाटते की याने प्रशासनामध्ये ही सुधारणा येईल. प्रशासनातील बहुतांशी अधिकारी तणावग्रस्त आहेत, कारण त्यांच्यावर खूप साऱ्या जबाबदाऱ्या आहेत, जेव्हा त्यांना मानसिक शांती मिळेल तेव्हा ते अधिक चांगल्या पद्धतीने काम करू शकतील आणि परिणाम यायला सुरुवात होईल, आणि एक वेळ अशी येईल येथील सरकार सर्व कर्मचाऱ्यांना विपश्यनेच्या दहा दिवसांच्या शिबिराला जाण्यासाठी पगारी सुटी देईल. खूप मोठ्या संख्येने न केवळ सरकारी अधिकारी परंतु व्यावसायिक अधिकारी देखील शिबिरासाठी येत आहेत. भारत आणि अन्य ठिकाणी सुद्धा असेच आहे. अमेरिकेमध्ये अधिकाऱ्यांची शिबिरे लावली जातात. विभिन्न कंपनीतील अनेक अधिकाऱ्यांनी भाग घेतला आहे आणि ते खुश आहेत.

प्रश्न: असे म्हणतात की विपश्यनेला जाण्यापूर्वी तुम्ही खूप रागीट आणि अहंकारी होता आणि तुम्ही स्वतःला आणि दुसऱ्यांना ही दुःखी केले होते.

हो ! एक रागीट व्यक्ती नेहमी दुःखी असते ती खुश कशी राहिल, त्यामुळे मी पण खूप दुःखी होतो. नंतर मला धर्म मिळाला पण असं नाही की दहा दिवसात माझे सर्व दुःख दूर झाले. पण कमी होत गेले. नकारात्मकता कमी झाली. आता मी पहिल्यापेक्षा सुखी आहे.

प्रश्न: पण त्यावेळी त्या जीवनाला सोडण्याचा निर्णय कठीण नव्हता ?

मी माझ्या गृहस्थाच्या जबाबदाऱ्या पार पाडत राहिलो, मी आपल्या परिवाराची, व्यवसायाची, उद्योगाची देखभाल केली आणि धर्मा मध्ये प्रगती करीत राहिलो. एक वेळ अशी आली जेव्हा माझ्या आचार्यांना वाटले की मी दुसऱ्यांना शिकवण्यासाठी लायक झालो आहे तेव्हा त्यांनी मला आचार्य म्हणून नियुक्त केले. त्यानंतर मी भारतात आलो आणि विपश्यना शिकवणे सुरु केले. तेव्हा मी व्यवसायापासून दूर झालो. आता माझा संपूर्ण वेळ केवळ विपश्यना प्रसारासाठी आहे.

प्रश्न: आता तुम्ही स्वतःचे वर्णन कसे कराल ?

माझा परिचय आहे गोयंका ! एक चांगला माणूस ! स्वतः सुखी आहे ! आणि दुसऱ्यांना ही सुखी करतो.

प्रश्न: श्रीलंकेमधील साधकांच्या प्रगतीविषयी आपले काय मत आहे ?

प्रत्येक ठिकाणी परिणाम एक सारखाच आहे. लाखो लोकांनी विपश्यना शिबिर केले आहे. एकही व्यक्ती अशी नाही आली की ज्यांनी मला किंवा अन्य कुणाला सांगितले की माझे दहा दिवस वाया गेले. प्रत्येकाला आपल्या प्रयत्नानुसार कमी-अधिक प्रमाणात लाभ मिळतोच. विद्या सर्वांसाठी समान आहे जे लोक अभ्यास करतात त्यांना याचा लाभ मिळतो. प्रत्येक जण खुश आहे.

प्रश्न: आणि जे लोक याचे पालन करतात, ते अजून मोठ्या शिबिरांमध्ये बसू इच्छितात.

हो पण आम्ही प्रत्येकाला मोठ्या शिबिरात घेत नाही. आम्ही आधी पाहतो की ती व्यक्ती मोठे शिबिर करण्यायोग्य आहे का नाही. दहा दिवसांची खूप शिबिरे केली आहेत आणि रोज सकाळ-संध्याकाळ नियमित अभ्यास करीत असेल, जीवनात काही सकारात्मक बदल झाले असतील, या सगळ्या नंतरच कोणी व्यक्ती अधिक गंभीर शिबिर करून जीवनात अजून बदल घडवून आणू शकते. आणि म्हणूनच प्रत्येकाला मोठे शिबिर देता येत नाही. आम्ही त्याचे मूल्यांकन करून ठरवतो जर योग्य असेल तर त्याला आम्ही मोठे शिबिर करू देतो.

प्रश्न: जेव्हा काम करणे जास्त अवघड होते तेव्हा लोकांमध्ये पळून जाण्याची वृत्ती बळावते का ?

आता त्याचे आपण काय करू शकतो. कुणाला जायचे असेल तर आम्ही जाऊ देतो. पण असं खूप कमी वेळा होते, खूप कमी. तुम्ही पण दहा दिवसाचे शिबिर करा. तुम्ही माझा खूप वेळ घेतला, आता तुम्ही मला आपला काही वेळ अवश्य द्या (हसून म्हणतात)

[श्री सत्यनारायण गोयंकाजींकडून ज्या लोकांनी विपश्यना साधना शिकली ते त्यांना “गुरुजी” म्हणतात. श्रीलंका सरकारच्या निमंत्रणावरून

बुद्धांच्या २५५० व्या जयंतीनिमित्त ते येथे आले. श्री गोयंकाजी बर्माच्या दिवंगत सयाजी ऊ बा खिन यांच्या परंपरेमध्ये विपश्यना साधनेचे आचार्य आहेत. आपल्या गुरूकडे १४ वर्षे प्रशिक्षण घेतल्यानंतर त्यांनी १९६९ मध्ये भारतात विपश्यना साधना शिकवण्यास सुरुवात केली. गोयंकाजींनी साधनेचे तंत्र स्वतः लाखो लोकांना शिकवले आहे. १९८२ मध्ये त्यांनी सहाय्यक आचार्य नियुक्त करणे सुरू केले, आता जगभरामध्ये १०० हून अधिक विपश्यना केंद्र आहेत.

श्रीलंके मध्ये विपश्यना ध्यानासाठी पहिले विपश्यना केंद्र “धम्म कूट” मौबरे, हिंदगला, पेराडेनिया(केंडी) मध्ये १९९४ साली स्थापन झाले. आता कोसगामामध्ये “धम्म सोभा” चे उद्घाटन मागच्या रविवारी श्री गोयंकाजी यांच्या हस्ते झाले, श्रीलंके मध्ये अशा प्रकारचे दुसरे केंद्र असेल.

सर्व केंद्रांचे संचालन आचार्य आणि ट्रस्टी द्वारे केल्या गेलेल्या योगदानातून आणि स्वैच्छिक सेवा दाना द्वारे चालते. सर्व साधकांना ही विद्या निःशुल्क प्रदान केली जाते.]

(खाली पहाडांच्या मधोमध 'धम्म कूट' विपश्यना केंद्र तसेच त्यातील एक भवन आणि त्याच्याखाली 'धम्मसोभा' केंद्राचा धर्म कक्ष दिसत आहे.)



बाबू भैयांना लिहिलेले एक यत्ना विवरण

(पूज्य गुरुजी धर्म-चारिके सोबत दैनिक व्यवहार जगतातील छोट्या छोट्या चुकांना सुद्धा जाणत आणि त्यांना सर्वासमोर प्रकट करत, मग त्या स्वतः त्यांच्याकडून झालेल्या असो किंवा अन्य कोणाकडून. अशा गोष्टींवर ते अत्यंत गंभीरपणे चिंतन-मनन करीत म्हणजे या अनपेक्षित चुकांची पुनरावृत्ती न होवो. या पत्नात असेच काही प्रेरक प्रसंग नमूद केले आहेत की कसे ते बर्माच्या लोकांविषयी तसेच ब्रह्मदेशाच्या प्रगतीसाठी जागृत व क्रियाशील राहात असत. तत्कालीन असुविधा, साधनांची कमतरता तसेच तांत्रिक अभाव असून देखील पूज्य गुरुजींची धर्म-चारिका अनवरत चालत राहिली. पूज्य गुरुजींच्या अथक परिश्रमांना व पुरुषार्थाला धर्मप्रेमी सज्जनांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी या पत्नाला संक्षिप्त रूपाने प्रकाशित करित आहोत. धर्म पथावर पुढे प्रगती करण्यासाठी अशा व्यावहारिक तत्त्वांची माहिती आणि त्यांच्या प्रती सावध राहणे अनिवार्य आहे.

— संपादक)

ठिकाण: कलकत्ता, १८ ऑक्टोबर १९६९

बाबू भैया, सादर प्रणाम!

सारनाथच्या शिबिराचे विवरण लिहिण्यापूर्वी या पत्नात थोडक्यात मुंबईहून ताडेपल्लीगुडेम पर्यंतच्या यात्रेचे विवरण लिहित आहे.

मुंबईहून दिल्लीला जाण्याआधी एक दिवस वर्ध्याला जाणे आवश्यक वाटले. तसे माझे तिकीट मुंबई, नागपूर, दिल्ली वरून कलकत्तापर्यंत खरेदी केले होते. पण मी पाहिलं की मुंबईहून नागपूरला रेल्वेने जावे जी दुपारी सुटते आणि दुसऱ्या दिवशी सकाळी साडेसहा वाजता नागपूरला पोहोचते. विमानाने गेलो तर वेळेची बचत होईल पण प्रवास खर्चिक आहे. त्यापेक्षा काही पैसे वाचवून एखाद्या असमर्थ साधकाला साधना शिकवतांना भोजनदान देणे अधिक उपयोगी वाटले, म्हणून रेल्वेचा प्रवास अधिक योग्य वाटला.

भौगोलिक अज्ञानतेचे एक उदाहरण

प्रिय शाम सुंदरनी थोडीशी फळे पिशवीमध्ये टाकली होती. रात्री नऊ वाजता फलाहार केल्यानंतर पाहिले की पाण्यासाठी माझ्याकडे भांडे नाही. स्टेशन वर रात्रीसाठी तर पाणी प्यायल, पण चिंता याची वाटली की सकाळी उठल्यानंतर पाणी पिण्याची सवय आहे त्याचे कसे होईल. गाडी बरोबर भोजनालययाची सोय नव्हती आणि पाणी भरून घेण्यासाठी कोणत्या स्टेशनवर विकायला भांडीसुद्धा नव्हती. शेवटी कंडक्टरला विचारले की सकाळी पाच वाजता असे कोणते स्टेशन येईल जिथे स्वच्छ पाणी प्यायला मिळेल. त्यांनी सांगितले की सकाळी पाच वाजता गाडी वर्ध्याला पोहोचेल. आणि तिथे पाणी पण मिळेल. मी ते ऐकून सुन्न झालो. काय वेडेपणा आहे हा. मी मुंबईहून नागपूरला चाललो आहे जिथे ही गाडी सकाळी साडेसहा वाजता पोहोचेल आणि व्यवस्था अशी आहे की तिथूनच स्टेशन वरून नऊ वाजेच्या गाडीमधून अकरा वाजता वर्ध्याला पोहोचेल. ज्या वर्ध्याला जाण्यासाठी मी नागपूरला चाललोय ते तर याच रस्त्यावर पाच वाजताच येईल. मला आपल्या भौगोलिक ज्ञानावर किंवा अज्ञानावर कीव करावीशी वाटली आणि सोबतच या देशातील शिकलेल्या लोकांवर खूप क्रोध आला. प्रिय शामसुंदर आणि त्याच्या कार्यालयातील कोणा व्यक्तीला याची कशी माहिती नाही की मुंबईहून वर्ध्याला जाण्यासाठी नागपूरला जाणे आवश्यक नाही. अजीब बेपर्वाई आणि नादाना आहे. जे पण असेल, मला माझ्या पाहुण्यांसमोर खूप लाजिरवाणे वाटले. मी नागपूर आणि वर्धा या दोन्ही ठिकाणी पत्र लिहिली होती की मी अमुक गाडीने सकाळी साडेसहा वाजता नागपूरला येऊन अकरा वाजता वर्ध्याला पोहोचेल. नागपूर आणि वर्धा या दोन्ही ठिकाणचे लोक माझे या प्रवासाचे रहस्य समजू शकत नव्हते. पण काय करणार? साडेसहा वाजता नागपूर मध्ये लोक माझ्या आगमनासाठी तयार होते आणि अकरा वाजता वर्ध्या मध्ये. आता हे जाणल्यानंतर मी पाच वाजता वर्ध्याला न उतरता नागपूरला गेलो तर अजूनच वेडेपणा होईल. शेवटी हा

निर्णय घेतला की मला वर्ध्याला उतरायला पाहिजे, मग घ्यायला कोणी येवो की न येवो, असे करण्याने माझा खूप वेळ वाचेल आणि वर्धा आणि सेवाग्रामसाठी थोडा अधिक वेळ देता येईल. तेव्हा मी वर्ध्याला उतरलो. उतरल्यानंतर लगेच या प्रयत्नाला लागलो की वर्ध्याचे “राष्ट्रभाषा प्रचार समिती” वाले आणि नागपूरचे भदंत आनंद कौसल्यायनजी यांना सुचित करेन, परंतु स्टेशन वर अधिकाऱ्यांची बेपर्वाई पाहण्यासारखी होती. पाच वाजता उतरलेलो, सकाळी साडेसहा वाजले तरी कोणी अधिकारी चौकशीसाठी भेटला नाही. प्रतिक्षालयाची अवस्था खूपच वाईट होती, देखभालीसाठी कोणी नव्हते. साडेसहा वाजता स्टेशन मास्तरांचे दर्शन झाले, तेव्हा त्यांनी राष्ट्रभाषा प्रचार समितीला फोन लावून देण्याची कृपा केली. समितीचे परीक्षा मंत्री श्री रामेश्वर दयाल दुबे फोनवर भेटले तेव्हा मी त्यांना सांगितले की मी रिक्षा करून त्यांच्याकडे येत आहे. त्यांनी सांगितले की ते स्वतः स्टेशनवर एकदा येऊन गेले. ते गाडी पोहोचल्यानंतर काही मिनिटांनी आले, तोपर्यंत मी गाडीतून उतरलो होतो. त्यांनी प्रथम दर्जाच्या डब्याच्या कंडक्टरला विचारलेदेखील की माझ्या नावाची कोणी व्यक्ती या गाडीमध्ये प्रवास करीत आहे का? कंडक्टरने नाही म्हणून सांगितले. ते पण प्रतिक्षालयाकडे न येता परत गेले. ते याच विचाराने स्टेशनवर आले होते की जर मी अजाणतेपणाने वर्धा ते नागपूर आणि नागपूर ते वर्धा असा प्रवास करीत असेन तर मला वर्ध्याला उतरून घ्यावे. असो, समितीमध्ये पोहोचल्यानंतर नागपूरला फोन केला तर समजले की लोक स्टेशनवर गेली आहेत. फोनवर आनंदजी भेटले, त्यांना सांगितले की मी संध्याकाळी अमुक अमुक गाडीने येत आहे. समिती भवनामध्ये आठ वाजेपर्यंत ध्यान-स्नान इत्यादी करून झाले. त्यांनी दरम्यान माझ्यासाठी काही कार्यक्रम निश्चित केले.

राष्ट्रभाषा प्रचार समितीचे कार्यक्रम

संयोगाने त्या दिवशी समितीचे महामंत्री श्री मोहन भाई भट्ट यांचा वाढदिवस होता. सकाळी साडेनऊ वाजता एका सभेचे आयोजन केले होते, ज्यामध्ये बाहेरून वीस-तीस लोक आले असतील, परंतु समितीचा सारा परिवार मोठ्या संख्येने एकत्र आला होता. वस्तुतः हे आयोजन श्री मोहन भाई भट्ट यांच्या जन्म दिवसाचे घरगुती आयोजन होते, परंतु माझ्या उपस्थितीमुळे त्याचे स्वरूप दुहेरी केले गेले. श्री मोहन भाई खूपच सज्जन व्यक्ती आहेत. सारे आयुष्य हिंदीच्या सेवेमध्ये घालवले. गांधीजींच्या अत्यंत निकट संपर्कामध्ये राहिल्यामुळे पदलोलुपता आणि राजनैतिक कुटीलतेपासून दूर राहिले. देशाची वर्तमान स्थिती पाहून त्यांचे हृदय खूप व्यथित होते. आजकाल सगळ्या सार्वजनिक संस्था उलट-सुलट वशिला लावून किंवा मंत्र्यांना खूश करून सरकारकडून जास्तीत जास्त अनुदान मिळवण्यासाठी आणि त्याचा दुरुपयोग करण्यातच आपले कौशल्य पणाला लावत आहेत. मोहनभाई या सर्वांपासून खूप दूर आहेत, त्यामुळे ही समिती इतर संस्थासारखी खूप धनवान बनू शकली नाही. सर्व काम कार्यकर्त्यांची चिकाटी आणि कष्टाच्या बळावर चालत आहेत. परंतु आता बहुतेक पगारी कर्मचाऱ्यांना राजनैतिक मजदूर संघाची हवा लागत आहे आणि ते आपल्या कर्तव्यापेक्षा अधिकारांवर सगळा जोर देत आहेत, जसे एखाद्या उद्योगपतीचे कामगार करतात. त्यांच्यात या गोष्टीची भावना राहिलेली नाही की ते एका सार्वजनिक सेवाभावी संस्थेचे कर्मचारी आहेत, साधारण पगारी मजूर नाहीत, या गोष्टीसाठी श्री मोहनभाईंच्या मनात खोलवर विषाद पाहिला आणि ही गोष्ट त्यांनी आपल्या भाषणात व्यक्त पण केली. श्री भट्ट आणि श्री रामेश्वर दयाल दुबे माझ्या बाबतीत जे दोन शब्द बोलले त्यामध्ये औपचारिकता कमी, भावुकता अधिक होती. मला माहिती होतं की बर्मा मधील हिंदीच्या सेवेसाठी जे आदर युक्त शब्द माझ्यासाठी बोलले जात आहेत त्याच्यामध्ये किती मोठा हात डॉक्टर ओमप्रकाशजी व त्यांचा परिवार आणि हिंदीच्या अनेक कार्यकर्त्यांचा आहे त्यामुळे मी समजत होतो की हा सन्मान माझा नाही तर माझ्या सर्व साथीदारांचा मिळून आहे. आणि हाच भाव मी माझ्या उत्तरांमध्ये पण प्रकट केला.

थोडक्यात मी बर्मा मधील हिंदीच्या वर्तमान परिस्थितीवर प्रकाश टाकला आणि आपल्या अडचणी त्यांच्या समोर ठेवल्या. सभेच्या कार्यक्रमानंतर श्री मोहनभाई आणि रामेश्वर दयालजींबरोबर आमच्या समस्यांवर विचार करण्यासाठी एक तासभर बैठक झाली. या वार्तालापामध्ये मी पाहिले की या दोन्ही व्यक्ती आमच्या समस्यांप्रती किती सहानुभूती दाखवत आहेत. समितीची आर्थिक स्थिती अशी नाहीये की ते आमची आर्थिक मदत करू शकतील, परंतु इतर सर्व गोष्टीमध्ये त्यांचा सहयोग प्रशंसनीय राहिला.

महात्मा गांधी आश्रम, सेवाग्राम, वर्धा

जेवण झाल्यावर मी सेवाग्रामला जाण्याचा कार्यक्रम बनवला. एवढ्या लांब जाऊन पण गांधीजींचा आश्रम न बघणे योग्य नव्हते आणि तेही गांधीजींच्या जन्मशताब्दीच्या वर्षी. असं कळलं की वर्धा ते सेवाग्राम पर्यंतचा आठ-नऊ किलोमीटरचा रस्ता सायकल रिक्षाने पार करावा लागेल, तिथे जाण्यासाठी एक तास आणि येण्यासाठी एक तास लागेल आणि माझ्याकडे तिथे बघण्यासाठी दोन तासाचा वेळ मिळेल. कारण मला चार वाजेपर्यंत परत येऊन नागपूरला जाणारी गाडी पकडायची होती. सेवाग्राम साठी इतर कोणतेही वाहन उपलब्ध नव्हते. त्यामुळे तेवढ्या कडक उन्हात मी रिक्षाने निघालो. अर्ध्या रस्त्यात आल्यावर मी पाहिलं की रिक्षावाला खूप थकला आहे, उन्हाचे तस्त झाला आहे, जिथे उताराचा रस्ता आहे तिथे ठीक आहे पण जरासा पण चढ चढणे खूप अवघड होते. कसेबसे तासाऐवजी दीड तासात सेवाग्रामला पोहोचलो. मला वाटत होते की त्या आश्रमातील सर्व विभागांना व्यवस्थित पहावे पण वेळ खूप कमी होता तेव्हा आश्रमातील एका बंधूला सोबत घेऊन जेवढा पाहू शकत होतो तेवढे पाहिले. सर्वात आधी गांधीजींची कुटी पाहिली तिला पाहून या गोष्टीचा मनावर खोलवर प्रभाव पडला की एक समाजसेवक कशाप्रकारे साधेपणाचा कळस अंगीकारून आपलं जीवन जगू शकतो. मातीने लिंपलेली फरशी, मातीच्या भिंती आणि वरती चटईचे छप्पर हीच गांधीजींची कुटी होती, ज्यामध्ये आधुनिकतेच्या नावाखाली फक्त एक शौचालय होते ते ही अपूर्ण आधुनिकतेचे! प्लश विना, फक्त प्रसाधनाचे भांडे. मात्र ही एक विशेषता होती की प्रसाधनाच्या बैठकीसोबत मातीच्या खुल्या कपाटासारखे दोन कोनाडे बनवले होते, ज्यामध्ये गांधीजी शौच करताना पण आपले वाचणे लिहिण्याचे कागद इत्यादी ठेवू शकतील. त्यांची आपली बसण्याची जागा, पाहुण्यांची प्रतीक्षेची जागा इत्यादी. सर्व अशा होत्या ज्यांना बघून एक शहराचा बाशिंदा दंग होईल. बाजूच्या एका खोलीमध्ये गांधीजींची प्राकृतिक चिकित्सालयाची प्रयोगशाळा होती. यामध्ये लाकडाच्या एका उंच अशा फळीवर रोग्याला झोपवून ते स्वतः मालिश करत. मला सांगितलं गेलं की सरदार वल्लभ भाई पटेल या नीम हकीमच्या रोग्यांमध्ये एक आहेत, ज्याच्यावर मालिशचे अनेक प्रयोग केले आहेत.



या छोट्याशा कुटीमध्ये देशाचे मोठ्यात मोठे राजनैतिक आंदोलनाचे निर्णय आणि दिशा ठरवल्या गेल्या, मोठ्या समस्यांचे निराकरण झाले. गांधीजींच्या या कोठी शेजारीच मी श्रीमती कस्तुरबांची कुटी पाहिली,

शेजारी आणखी एक कुटी पाहिली, जिथे गांधीजी कुष्ठरोग्यांची सेवा-सुश्रुषा स्वतः करत. नंतर माझे गाईड श्री सदाशिव भट मला गांधीजींची पुत्रवधु श्रीमती निर्मला गांधीना भेटण्यासाठी घेऊन गेले, ज्या जवळच्याच एका कुटी मध्ये राहत होत्या. तिथे त्यांच्याशी थोडावेळ गप्पागोष्टी झाल्या. खूपच निर्मळ स्वभावाची, साधेपणा आवडणारी, सेवाभावी आणि प्रगल्भ विचारांची महिला आहे. त्यांनी बर्माच्या बाबतीत खूप सारी माहिती मिळवली. कडक उन्हात सायकल रिक्षेने लांबचा प्रवास करून आल्यामुळे मला खूप तहान लागली होती. या देवीने केवळ मला थंड पाणीच नाही पाजले उलट स्वतः आपल्या हाताने दहाची लस्सी बनवूनही पाजली. त्यांनी आमच्या साधना पद्धतीत पण आवड दाखवली आणि जेव्हा मी सांगितले की या पद्धतीच्या सखोल आणि निरंतर अभ्यासांनी काम आणि क्रोध दोन्हीचे शमन होते. तर त्यांनी अधिक आवड दाखवित सांगितलं की गांधीजींनी कामविकारांपासून वाचण्यासाठी मनुष्याला प्रत्येक क्षण इतर कामात गुंतुन राहण्याचा सल्ला दिला आणि त्याला इतका व्यस्त ठेवण्याचा प्रयत्न केला की या विकारांचा उदय होण्याला संधीच मिळणार नाही. परंतु त्यांनी स्वीकारलं की या मार्गाने गांधीजी यशस्वी होऊ शकले नाहीत. स्वतःला व्यस्त ठेवल्यानंतरही जेव्हा पण संधी मिळाली आश्रमवासी कामवासनेचे शिकार झाले. त्यांना वाटत होते की भगवान बुद्धांच्या या विधीचा क्रियात्मक प्रयोग करून पाहिला पाहिजे.

खादी आणि चरखा

त्याच्यानंतर खादी आणि चरखा याविषयी चर्चा केली आणि म्हटलं की कशाप्रकारे मी पण माझ्या देशामध्ये चरख्याचा प्रचार करू इच्छितो, ज्याच्यामुळे एका बाजूला आपल्या देशाचे शेतकरी शेतातील कामानंतर वर्षभराचा खूप सारा वेळ वाया घालवतात, त्यांना हे सरळ आणि उपयोगी काम मिळेल, आणि दुसरीकडे देशातील उत्पन्न झालेला कापूस बाहेर पाठवून जे सुत आयात केले जाते त्या हानीकारक अर्थ नीतीपासून देशाला वाचवले जाऊ शकते. आणि जोपर्यंत देशातील पूर्ण कापसाचा वापर करण्यासाठी पुरेशा संख्येने आधुनिक मिल बसवली जात नाहीत तोपर्यंत या कापसाचा देशातच प्रयोग करण्याचे साधन आपल्या देशवासीयांना देता येईल. या क्षेत्रात मी तेथील चरखा उद्योगासंबंधी पूर्ण माहिती करून घेऊ इच्छित होतो, माहिती झाले की वर्ध्यामध्येच या विषयाचं एक तांत्रिक विद्यालय आहे, यामध्ये खूप सारं शोधकार्य झाले आहे. मी त्याला बघू-समजू इच्छित होतो, परंतु असं करू शकलो नाही. कारण त्या दिवशी ते कार्यालय बंद होतं. तरीही ती देवी मला एका आजारी व्यक्ती जवळ घेऊन गेली जो या विषयात पारंगत आहे, असे मानले जाते आणि त्यांनी आजारी असून सुद्धा एक सुंदर चरखा फक्त चालवूनच नाही दाखवला तर त्याच्यासंबंधी पूर्ण माहिती सुद्धा दिली. अशाप्रकारे त्यांनी मला "अंबर चरखा" बद्दल पण सांगितलं की एका ताग्यापासून सहा ताग्यापर्यंत सूत एकल काढतो, खरोखर खूपच उपयोगी आहे हा चरखा. परंतु पूनी (सूत कातण्याचे कापसाचे बंडल) संबंधी जी अडचण आहे ती मी आपल्याला माझ्या मागाच्या पत्रात सांगितली होती. निर्मलाजींनी गोपुरी वर्धाच्या ग्रामसेवक मंडलाला टेलिफोन द्वारे माझ्या येण्याची सूचना पाठवली आणि मला सांगितलं की वाटलं तर आपण कोणत्याही प्रकारचा चरखा नमुन्याखातर बर्मासाठी खरेदी करू शकता. परंतु सेवाग्राम वरून परतून जेव्हा मी वर्ध्याला पोचलो तेव्हा माझ्याकडे वेळ एवढा कमी होता की मी गोपुरीला जाऊ शकलो नाही आणि राष्ट्रभाषा प्रचार समितीचे परीक्षा मंत्री भाई रामेश्वर दयाल दुबे यांना या गोष्टीची प्रार्थना केली की माझ्यासाठी नव्या मॉडेलचा चरखा खरेदी करून मद्रासला पाठवून द्यावा.

आश्रमाचे इतर विभाग

वर्ध्यामध्ये निर्मला गांधीना भेटल्यानंतर सदाशिव भट्ट मला आश्रमाची मूलभूत तालीम विभागाचे संचालन करणाऱ्या प्रसिद्ध गांधीवादी शिक्षणाचार्य सिंहली बंधू श्री आर्यनायकम यांच्या बंगाली धर्मपत्नी श्रीमती आशादेवी

यांच्याकडे घेऊन गेले. त्यांच्याशी थोडावेळ गप्पागोष्टी करून मन खूप प्रसन्न झाले. धवल केसांच्या या जिंदादिल वृद्धेशी गप्पागोष्टी करणे खूप मनोरंजक वाटले, तिला ही मला भेटून तितकीच प्रसन्नता वाटली. जेव्हा की निरोप घेताना त्यांच्या तोंडातून पटकन हे शब्द निघाले की मी बर्माहुन आलेल्या एका अशा विस्थापिताला भेटून प्रसन्न झाले जो की त्या देशांमध्ये लाखोंची संपत्ती गमावून पण हसत आहे आणि तेथील सरकार प्रति त्यांच्या मनात थोडा पण द्वेष नाही या गोष्टीचे त्यांना सुखद आश्चर्य वाटले.

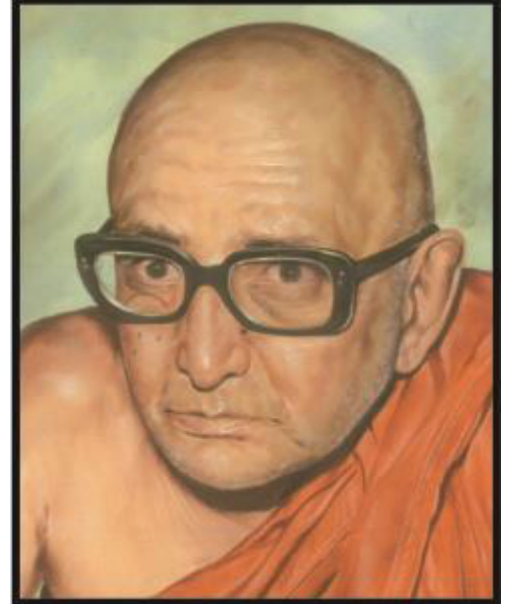
श्रीमती आशा देवींना भेटण्यापूर्वी मी बंधू सदाशिव भट्टांबरोबर आश्रमाच्या पुस्तक विक्री विभागात पण गेलो. ज्याचे संचालक तेच आहेत. त्या विभागातून मी माझ्यासाठी काही पुस्तके खरेदी केली आणि बंधू भट्टांना या गोष्टीची विनंती केली की त्याचे एक पार्सल बनवून तुमच्या पत्त्यावर रंगूनला पाठवावे. मी आशा करतो की आत्तापर्यंत ते पार्सल तुम्हाला मिळाले असेल, अवश्य कळवा.

वर्धा स्टेशनला परतण्याची घाई

सेवाग्रामपासून वर्धाला परतताना मी पाहिले की बिचारा रिक्षावाला खूप थकला आहे, घामाघूम झाला आहे, कधी सायकल रिक्षा चालवतो तर कधी खाली उतरून ढकलत आहे. त्याने शब्द दिला होता की तो चार वाजता राष्ट्रभाषा प्रचार समिती जवळून मला वर्धा स्टेशनला सोडेल, त्यामुळे तिथून साडेचार वाजता नागपूरला जाणाऱ्या गाडीने नागपूरला जाऊ शकेन. परंतु मी पाहिले की चार वाजेपर्यंत वर्धाच्या सीमेपर्यंतच आहे आणि ज्या गतीने थकून दमून चालवत आहे त्यावरून तर अर्धा तास आणखी लागण्याचा अंदाज आहे आणि अशाप्रकारे मी गाडी पकडू शकणार नाही, या समस्येविषयी तो पण जागरूक होता. त्या भल्या गरीब माणसाने तेथेच थांबून मला एका रुपयाचा भाड्यात एक नवी रिक्षा करून दिली जी की वेगाने चालवून मला वेळेवर पोचवेल. तो आपल्या अगोदर ठरलेल्या मोबदल्यातून एक रुपया कमी करायला तयार झाला. मी त्याचा हा सौजन्यपूर्ण प्रस्ताव अस्वीकृत केला आणि नव्या रिक्षाने आपल्या ठिकाणावर जायला निघालो. खूप घाई करून पण अतिथीगृहातून आपलं सामान घेऊन जेव्हा मी स्टेशनवर पोहोचलो तेव्हा साडेचार वाजले होते. स्टेशन वर कोणती ही गाडी नाही हे पाहिल्यावर गाडी सुटल्याचा माझ्या मनात खूप तणाव होता. जास्त दुःख या गोष्टीचे होतं की आनंदजींनी सकाळी आपली माणसं व्यर्थ पाठवली होती, आता संध्याकाळी पुन्हा पाठवतील आणि निराश होतील. परंतु स्टेशन वर जाऊन विचारपूस केली तर मोठे अप्रिय आश्चर्य वाटले की त्यावेळेला तर नागपूरला कोणतीच गाडी जात नाही. जी जाते ती प्रवासी गाडी ५:३० ला असून साडेसात वाजता नागपूरला पोहोचते.

बेजबाबदारपणाची हद्द

अजीब आहे येथील लोकांचे रेल्वे गाड्यांबद्दलचे ज्ञान. इतके अपूर्ण ज्ञान घेऊन कसा काय आपला काम धंदा करतात. असे वाटते की या देशात बेजबाबदारपणाचा बोलबाला आहे. कोणी व्यक्ती आपल्या कर्तव्याबद्दल जागरूक नाही. प्रत्येक गोष्टीचे उत्तर एका अंदाजानेच दिले जाते, पण परिस्थितीचे तथ्य जाणण्याची ना कोणाची इच्छा आहे ना संधी. आळस या देशाचा राष्ट्रीय स्वभाव बनला आहे. तेव्हा तर चांगल्यातला चांगला जबाबदार व्यक्ती पण सत्याला पूर्णपणे जाणल्याविना बोलून जातो की संध्याकाळी साडेचार वाजता गाडी सुटेल. आणि या अविर्भावात बोलतो की त्या गोष्टीची त्याला पूर्ण माहिती आहे. आणि तो पण अशा वेळेस बोलतोय की मी आनंदजींशी फोन करून सांगत आहे मी गाडीने निघून केव्हा नागपूरला पोहोचेल, जेणेकरून ते आपल्या माणसांना स्टेशनवर पाठवू शकतील. बोलणाऱ्या माणसाला या गोष्टीची जाणीव नाही की तो ज्या अंदाजाने बोलत आहे त्याने पुढच्या व्यक्तीला काय नुकसान होईल. जर मला अगोदर निश्चित वेळ माहित असती तर मी सेवाग्राम मध्ये अधिक जास्त वेळ दिला असता किंवा कमीत कमी त्या गरीब रिक्षावाल्याला कडक उन्हात वेगाने चालवण्यासाठी मजबूर तरी केले नसते.



भिक्षू आनंद कौसल्यायनजींशी सारगर्भित वार्तालाप

जे पण असेल, गाडी मिळाली, आणि संध्याकाळी साडेसात वाजता नागपूरला पोहोचलो. भिक्षू आनंदजी सोबत काही तास गप्पा गोष्टी करायच्या होत्या, त्यामुळे भिक्षू निवासाच्या समोर खुल्या मैदानात काही खुर्च्या घेऊन आम्ही बसलो. आनंदजी सोबत त्यांचे सहयोगी मेघंकर पण होते. बसण्यापूर्वी आनंदजींनी मला फिरवून केवळ भिक्षूनिवासच नाही तर समोरच्या दीक्षाभूमीचे मोकळे मैदान पण दाखवले ज्या मध्ये एका ठिकाणी डॉक्टर आंबेडकर यांची मूर्ती आहे. जवळच भारतवर्षातून सिंहलद्वीपला घेऊन गेलेल्या बोधिवृक्षाची एक फांदी येथे आणून लावलेली पाहिली, जी की आता मोठी होऊन तिने एका छोट्या वृक्षाचे रूप धारण केलं होते. तिच्याजवळ एका विशाल स्तूपाच्या निर्माणासाठी जागा आखली गेली होती आणि पाया खोदला गेला होता. ते पाहून आम्ही निवासाच्या मोकळ्या वातावरणात संभाषण करण्यासाठी खुर्च्यावर बसलो. आनंदजी सर्दीने त्रस्त होते तरीपण उशिरापर्यंत माझ्यासोबत मोकळ्या जागेत बसून राहिले. तुम्हाला माहीतच आहे की आनंदजी साधना मार्गाचे किती विरोधी आहेत. बौद्ध लिपिकाच्या अनेक महत्त्वपूर्ण ग्रंथांचे अनुवाद केल्यानंतर पण ते बुद्धांच्या ध्यान मार्गा प्रति जरासुद्धा आश्चस्त होऊ शकले नाहीत. त्यांना हे सर्व निरर्थकच वाटतं, जेव्हा की आपण बघतो बुद्धांच्या शासनामधून साधना म्हणजे समाधी आणि प्रज्ञेला काढून टाकले तर केवळ मात्र शीलाच्या रूपात एक तृतीयांश शासनच शिल्लक राहते. आणि शील पण समाधी शिवाय म्हणजेच चित्त संयमाशिवाय कसे पूर्ण होऊ शकेल. परंतु त्यांच्या नजरेमध्ये या समाधी आणि प्रज्ञेचे काही महत्त्व नाही. ते त्यांना सांद्दष्टीक आणि अकालिक मानत नाहीत उलट मरणोपरांत फळ देणारे मानतात. आणि राहुल सांकृत्यायनजींच्या प्रमाणे यांच्यावर पण मार्क्सचा खूप मोठा प्रभाव झाल्यामुळे त्यांचा पुनर्जन्मावर थोडा पण विश्वास नाही. त्यामुळे त्यांना “साधना” वेळ व्यर्थ घालवणारी वाटते. त्यामुळे जेव्हा मी त्यांना साधनेचे सांद्दष्टिक आणि अकालिक लाभ सांगायला सुरुवात केली आणि माझे आणि माझ्या अनेक सहकाऱ्यांचे लाभदायक अनुभवांचे ढीग त्यांच्यासमोर ठेवले तेव्हा दोन-तीन तासांच्या विरोधानंतर जरा जरा स्वीकारसुचक डोके हलवायला लागले आणि एक वाजल्यावर जेव्हा मी म्हटलं की आता वेळ झाली आहे, टेलिफोन करून टॅक्सी बोलवा जेणेकरून वेळेवर विमानतळावर पोहोचेल, तेव्हा त्यांनी फोन करण्याआधी मला आग्रह करणे सुरू केले की नागपूर मध्ये सुद्धा एक साधना शिबिर लावायलाच पाहिजे.

मी त्यांना सांगितले की माझा नोव्हेंबर पर्यंतचा सर्व कार्यक्रम निश्चित झाला आहे आणि ठिकठिकाणी शिबिरांचे आयोजन केले जात आहे. त्यापैकी एखाद्या ठिकाणाचा कार्यक्रम रद्द झाला तरच नागपूरला वेळ देता येईल. हे ऐकून तर त्यांचा आग्रह अधिक वाढू लागला. फोन केल्यानंतर

वीस मिनिटे टॅक्सीच्या प्रतीक्षेत असतानासुद्धा त्यांचा आग्रह चालूच होता. मी त्यांच्यापुढे माझी आर्थिक समस्या देखील ठेवली. मी म्हणालो की आपल्याकडून जितके लोक सम्मिलित होतील ते बिचारे सर्व आर्थिकदृष्ट्या सक्षम नाहीत आणि माझ्या शिबिरात सामील होण्याचा अर्थ केवळ दहा दिवसांच्या रोजगारापासून वंचित राहणे नाही, परंतु शिबिराचे संचालन म्हणजे भोजन वगैरेसाठीचा आर्थिक भार पण सोसावा लागेल. मी त्यांना स्पष्ट शब्दात सांगितले की बर्माच्या व्यापार-उद्योगाचे विना परतावा राष्ट्रीयकरण झाल्यामुळे आणि भारतातील बांधवांवर माराचे वाईट रीतीने आधिपत्य झाल्याकारणाने माझ्याकडून अशी आशा करू नये की मी कोणत्याही प्रकारचा आर्थिक भार सहन करू शकेन. माझ्यासाठी हे पण खूप कठीण आहे की यासाठी कोणा अन्य साधकाकडे हात पसरावा. दुनियादारीच्या व्यावहारिकतेला खूप चांगल्या रीतीने पारखणाऱ्या त्या विद्वान भिक्षूने सारी परिस्थिती क्षणात जाणली आणि मला आश्वासन दिले की नागपूरच्या शिबिरासाठी मला केवळ माझा वेळ द्यावा लागेल आणि मी आर्थिक चिंता करू नये. त्या सर्व व्यवस्था ते स्वतः करतील. याविषयीची थोडा वेळ चर्चा झाली ती खूप हृदयस्पर्शी होती. त्या साम्यवादी भिक्षूच्या हृदयालाही पाझर फोडणारी होती. त्यावेळची त्यांची सौज्यनता आणि सहृदयता मी कधीच विसरू शकत नाही. त्यांनी अश्वघोष यांच्या बुद्ध चरित्रातील एक संस्कृत श्लोक ऐकवला ज्याचे शब्द लक्षात नाहीत पण अर्थ आत्तापर्यंत कानामध्ये घुमत आहे. घरातून निघालेल्या सिद्धार्थासाठी विलाप करणारी यशोधरा म्हणते की ज्या व्यक्तीने जीवनभर दिलेच आहे आता ती व्यक्ती हात पसरून कोणाकडून भिक्षा कशी मागेल? भिक्षू आनंदजीकडून निघाल्यानंतर विमानतळावर पोचलो तेव्हा मन खूप हलके झाले होते. धनपती होण्याचा खोटा दंभ मनामध्ये सामावला होता तो करुणार्द्र होऊन निघाला आणि मन खूप स्वच्छ, निर्मल झाले. मनामध्ये एकच भाव होता की मला धर्मचारीके मध्ये धर्म विहारी आणि धर्माचार्याची भूमिका निभावयाची आहे. धनपती आणि दानवीर स्वभावाला इतिहास समजून विसरून जायचे आहे. मनामध्ये वारंवार भगवानांची ही वाणी घुमू लागली- सब्बदानं धम्मदानं जिनाति!

खरोखरच धर्माचे दान सर्व दानांपेक्षा मोठे दान आहे. मी आपल्या जीवनात जितके दान केले ते सर्व या विपुल धर्मदाना पुढे नगण्य आहे, तुच्छ आहे. म्हणूनच मला या धर्म दानानेच मनाला संतुष्ट ठेवले पाहिजे. साधन आणि सामर्थ्य सिमित असल्यामुळे आता आर्थिक दानाची गोष्ट मनात येऊ द्यायची नाही. ज्या दिवशी परिस्थिती बदलेल त्या दिवशी पुन्हा आर्थिक दान पण सुरू होईलच. आता तर सर्व बळ धर्म दानावरच लावले पाहिजे. हो, मोठ्या भावाने माझ्या वैयक्तिक खर्चासाठी जो विमान प्रवासाचा प्रबंध केला आहे आणि ठिकठिकाणी चांगल्या हॉटेलमध्ये राहण्याची अनुमती दिली आहे त्यातूनच काही बचत करून, शारीरिक कष्ट सहन करून, मला काही आर्थिक बचत केली पाहिजे, म्हणजे जेव्हा आवश्यक असेल तेव्हा या वाचवलेल्या पैशांचा उपयोग गरीब साधकांसाठी केला जाऊ शकेल. या निर्णयाने, निष्ठेने मी नागपूरहून उडणूक करून नवी दिल्लीच्या विमानतळावर उतरलो. तिथे एकीकडे आपल्या कार्यालयातील प्रतिनिधी गोस्वामी पोचले होते आणि दुसरीकडे आमचे धर्मबंधू श्री धर्मवीर तथा ऋषीराज वर्मा ही होते.

दिल्लीमधील निवास

कोणत्या हॉटेलमध्ये उतरण्याची माझी इच्छा नव्हतीच. एक तर पैशांचा अपव्यय टाळण्यासाठी आणि दुसरे या सर्व हॉटेलमध्ये साधनेसंबंधी प्रतिकूल प्रतिक्रिया होतात. त्यातील कटू अनुभव आल्यामुळे मी हॉटेलमधील मुक्कामापासून स्वतःला वाचवीत होतो आणि म्हणून प्रिय ऋषीराजने जेव्हा हे सुचवले की मी त्यांच्या घरी थांबावे तेव्हा मी लगेच तयार झालो.

त्यांच्या घरी मी एक दिवस आणि एक रात्र राहिलो. दुसऱ्या रात्री मला चुरूला जायचे होते. तिथे राहते वेळी मला सुखद आश्चर्य वाटले की त्यांचे घर ज्याप्रकारे बाह्य दर्शनी स्वच्छ आणि सुंदर आहे तसेच साधनेसंबंधी सुद्धा तेथील वायूतरंग खूप निर्मळ आणि अनुकूल आहेत. कदाचितच एखाद्या नवीन घरात मला पहिल्याच दिवशी इतकी सुखद

अनुभूती आली. मनातून वाटले अवश्य सुभद्रेची पूर्ण पारमी खूप चांगली आहे आणि कधी सद्गर्माच्या संपर्कात येईल तेव्हा खूप प्रगती करेल. सुभद्रेच्या घरी राहून मी काही बर्माच्या विस्थापितांच्या दुर्दशेची गोष्ट ऐकली, तेव्हा मन खूप व्यथित झाले. याआधी आणि नंतर सुद्धा मी अनेक बर्मी विस्थापितांना भेटत राहिलो आणि त्यांची दुःखी राम कहाणी ऐकत राहिलो. बर्मांमधील मूळ बर्मीयांची सरळ स्वभावाची निष्कपटता आम्हा प्रवासी भारतीयांसाठी खूप अनुकरणीय होती. त्यांच्या तुलनेने आम्ही प्रवासी भारतीय किती कुटील, किती चालबाज, किती खोटे, फरेबी आणि बेईमान होतो हे पाहून कधी कधी मन खूप दुःखी होत होते. एकीकडे आपण आपल्याला विश्वगुरू आणि धर्मगुरू मानण्याचा दंभ भरतो, आपल्या धर्मदर्शन आणि संस्कृतीच्या इतक्या मोठ्या मोठ्या गप्पा मारतो, आपल्याला मोठे कुलीन, स्वच्छ आणि उच्च मानतो आणि तेथील मूळ निवास्यांकडे तुच्छतेने पाहतो आणि दुसरीकडे आमचे चरित्र किती पतन झाले आहे, आमचा नैतिक सर किती खालावला आहे याची मनात खोलवर जखम बनली होती.

परंतु इथे आल्यानंतर रामकृष्ण, बुद्ध आणि गांधीजींचा दाखला देणाऱ्या या देशातील लोकांची हालत पाहिली तर वाटते की बर्मातील प्रवासी भारतीयांचा नैतिक स्तर यांच्यापेक्षा खूप खूप उच्च आहे. इथे तर सर्व गोष्टी रुपया-पैशात मोजल्या जातात. भावा -भावांचे, पिता पुत्रांचे, नातेवाईकांचे सर्व संबंध पैशाने मापले जातात. कुठेच कोणामध्ये मानवतेचा लवलेशही नजरेला पडला नाही. जो स्वतःला जितका अधिक धर्मपरायण समजतो, त्याची धर्म बुद्धी तितकीच अधिक कुंठित आढळली. किती खोलवर स्वाध्यायपरायणता सामावली आहे या देशातील लोकांमध्ये. ज्या देशात धर्म केवळ वरवरच्या दिखाऊ वस्तूसारखा झाला आहे तो देश नैतिकतेच्या क्षेत्रात इतका पोकळ होणार नाही तर काय होणार. प्रत्येक व्यक्ती थोड्या फार वरवर धार्मिक क्रिया करून स्वतःला धर्मनिष्ठ मानण्याच्या दंभामध्ये बुडाला आहे. इथे ज्या दर्शन पद्धतीला धर्माच्या नावाने पुकारले जाते त्यावर धर्माची चमकधमक दिसते पण आतून खोटच खोट भरली आहे. प्रत्येक माणूस धर्माच्या मोठ्या मोठ्या गोष्टी करतो पण व्यावहारिकतेमध्ये अधर्मालाच आपलेसे करतो.

या घुसमटीच्या परिस्थितीमध्ये बर्मातील विस्थापितांना पाहिजे की जेव्हापर्यंत ते आर्थिक क्षेत्रात आपल्या पायावर उभे राहत नाहीत तोपर्यंत मोठेपणाच्या या खोल्या दिखाव्यापासून दूरच राहायला शिकावे. परंतु बिचारे कधी आपल्या देशात मोठे धनवान असतील, खूप कमाई केली असेल, मोठ्या प्रतिष्ठेने राहिले असतील. आज पायाखालची जमीन सरकली, धनराशी क्षीण झाली. मिळकतीचे रस्ते बंद झाले. तरीपण त्या खोल्या प्रतिष्ठेच्या मोहाला सोडू शकले नाहीत. मुलामुलींचा विवाह मोठ्या घरांमध्ये करू इच्छितात जे की यांच्या तोलामोलाचे नाहीत. म्हणून आतल्या आत पोकळ होत चालले आहेत. हिच यांची सर्वात मोठी खोट आहे आणि तिला लवकरात लवकर काढून टाकले पाहिजे, बर्मातील प्रवासी भारतीय जे की एक दिवस मला त्या देशातील मूळ निवासीयांच्या तुलनेने खूप बेईमान आणि कुटील दिसत होते ते कुटिलतेची पराकाष्ठा स्वीकारुनही या देशाच्या चालबाज व्यापाऱ्यांच्या समोर खूप सरळ आणि भोळे दिसू लागले. काय माहित या देशांमध्ये कसे समरस होतील हे लोक. ज्या कोणा बर्मी विस्थापितला भेटलो, सगळ्यांचे एकच म्हणणे आहे, एक तर या देशातील निवासीयांप्रमाणे बेईमान आणि धोकेबाज व्हा किंवा उपाशी रहा. मी नाही समजलो त्यांना काय उत्तर देऊ. जोपर्यंत साऱ्या देशाचा नैतिक ढाचा बदलत नाही तोपर्यंत कोणाला चैन नाही. ना या काही थोड्या ईमानदार लोकांना ना अनेक बहुसंख्यांक बेईमानांना, परंतु अनैतिकतेचा हा ढाचा कसा बदलेल? कोण बदलेल?. ही समस्या केवळ बर्माच्या विस्थापितांचीच नाही तर सगळ्या देशवासीयांची आहे. हो, बर्मांमध्ये जे जाणकार लोक आहेत ते आपल्या अनुकूल धंद्यामध्ये अवश्य नेपाळ मध्ये जाऊन राहिले आहेत.

सरकारी अधिकाऱ्यांची भेट

दोन दिवस दिल्ली मुक्कामामध्ये काही एक सरकारी अधिकाऱ्यांशी भेटून बर्मासंबंधी समस्यांवर चर्चा झाली. बर्मा मधील हिंदी प्रचारासंबंधी पण चर्चा झाली. बर्मा मध्ये हिंदी पुस्तकांच्या अभावाच्या समस्येवर विचार विमर्श झाला. जुन्या साहित्यप्रेमी मित्रांमध्ये श्री रामधारी सिंह दिनकर यांची भेट झाली. सर्व समस्यांप्रती त्यांचा रोख सहानुभूतीपूर्वक वाटला. बर्माच्या वर्तमान परिस्थितीवर खूप ध्यानपूर्वक माहिती मिळवली. यांच्याप्रमाणे अनेक लोकांच्या मनात ही भ्रांती आहे की बर्मी सरकार राष्ट्रीयकरणाचे कायदे बनवत आहे ते केवळ भारतीयांवरच लागू आहेत. सरकारच्या समाजवादी नीतीचे शिकार केवळ मात्र प्रवासी भारतीय होतात. म्हणून इथून पळून जात आहेत. मी त्यांची तसेच अन्य लोकांची भ्रांती दूर केली आणि खरी गोष्ट सांगितली.

मी माझे एक जुने मित्र बीकानेरचे महाराज डॉक्टर कर्ण सिंह यांनाही भेटलो. त्यांच्या सरळ स्वभावाने माझ्या मनावर पन्हा एकदा खोलवर प्रभाव झाला. यांच्याबरोबर देशाच्या वर्तमान परिस्थितीवर खूप वेळपर्यंत चर्चा झाली आणि मी पाहिलं की ही व्यक्ती मोठ्या जबाबदारीने आपल्या दायित्वा प्रति जागरूक आहे. हे लोकसभेचे स्वतंत्र सदस्य आहेत. कुठल्या दलामध्ये सम्मिलित नाहीत. काही एक स्वतंत्र सदस्यांच्या गटाचे नेतृत्व करीत आहेत. काँग्रेसच्या विरोधी असूनही असे इच्छित नाहीत की काँग्रेस सारखी एक मात्र देशव्यापी सबल संस्था छिन्न-भिन्न होवो. केंद्रीय सरकारच्या विरोधात असूनही त्यांना असे वाटत नाही की या उपस्थित वादळामध्ये सरकार पडून जावे आणि केंद्र निर्बल व्हावे. केंद्राची आणि राष्ट्राची सबलता कायम रहावी यासाठी मनापासून जागरूक दिसले. अन्य राजकारण्यांसारखे आपल्या स्वार्थबुद्धीमध्ये आंधळे होऊन विरोधी पक्षाच्या विनाशामध्ये लीन राहणे, भले त्यामुळे संपूर्ण राष्ट्राचा विनाश होवो, अशी दुर्बुद्धी त्यांच्यामध्ये मी पाहिली नाही. बर्माच्या विस्थापितांची सहायता करण्यासाठी आताही मी त्यांच्या मनात उत्साह पाहिला. परंतु सरकारी बेंचवर न बसणारा असल्याने यासाठी त्यांचे सामर्थ्य सीमितच आहे, तरीही मला काही केंद्रीय मंत्र्यांना भेटवण्यासाठी त्यांनी सफल प्रयत्न केले. त्यासाठी त्यांना हार्दिक धन्यवाद!

तुमचा अनुज, सत्यनारायण गोयंका

(पूज्य गुरूजी द्वारा बाबूभाई यांना लिहिलेल्या पत्रामधून साभार.... क्रमशः)



ऑनलाइन 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/sch giri>

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 पत्रासोबत इंटरनेटवर दिले गेले आहेत. जर कोणी ते पाहू शकला नाही तर संबंधित केंद्राला थेट संपर्क करावा.

आवश्यक सूचना -

१- कृपया नियमावली मागवून वाचावी आणि संबंधित व्यवस्थापकाकडे आवेदन पत्र पाठवून तेथून स्वीकृति-पत्र मागवावे.

२- एक दिवसीय, लघु / स्वयं शिबिर: केवळ जुन्या साधकांसाठी, ज्यांनी दहा दिवसांचे विपश्यना शिबिर पूर्ण केले असले.

३- **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.)

४- **किशोरांचे शिबिर** (15 वर्ष पूर्ण ते 19 वर्ष पूर्ण) (कृपया किशोरांच्या शिबिरांसाठी बनविलेल्या नव्या आवेदन पत्राचा वापर करावा.)

५- **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.

६ **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 दिवसाचे तेथे 15 दिवसांचे होतील)

७- **४५ दिवसीय शिबिर:** ज्यांनी दोन 20 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील व धर्मसेवा देत असतील. **60 दिवसीय शिबिर:** केवळ सहायक आचार्यांसाठी ज्यांनी दोन 45 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील.

८- **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.

१४ दिवसीय कृतज्ञता-शिबिर / स्वयं शिबिर

हे कृतज्ञता-शिबिर "आचार्य स्वयं शिबिर" चेच स्वरूप आहे. शिबिर प्रारूप बिष्कूल तसेच राहिले. पूज्य गुरूजी व माताजी आता राहिले नाहीत, त्यामुळे त्यांच्याप्रति व संपूर्ण परंपरेप्रति कृतज्ञता व्यक्त करून आम्ही त्या सवया धर्मतरंगांचा लाभ घेऊ. या दीर्घ शिबिरात अधिकाधिक लोक भगवान बुद्धांच्या याचिस्वरूप - **समगानं तपो सुखो**, म्हणजे, एकत्र तप करण्याच्या परम सुखाचा लाभ घेऊ शकतील, प्रसन्नतेची बाब ही आहे की फेब्रुवारीच्या या तिथीदरम्यान हिंदी तिथीनुसार पूज्य गुरूजी व माताजींच्या जन्म व जयंत्याही येतात. **योग्यता** - या दीर्घ शिबिरामध्ये सम्मिलित होण्यासाठी केवळ एक सतिपट्टन शिबिर, धर्माच्या प्रचार व प्रसारत योगदान व स्थानिक आचार्यांची परवानगी आवश्यक आहे.

सुनिश्चित दिनांक: प्रत्येक वर्षी 2 ते 17 फेब्रुवारी.

स्थानिक मागणी लक्षात ठेऊन ज्या केंद्रात एकट्या निवासची सोय असेल, ते केंद्र या गंभीर शिबिराला आपल्या कार्यक्रम पत्रिकेत स्थान देऊ शकतात.

२० 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 वेबसाट 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 वेळ सकाळी: 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). फॅक्स: 244176. Email: info@giri.dhamma.org (नोंदणीविना प्रवेश बिष्कूल नाही) दहा-दिवसीय: 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, **सतिपट्टन:** 7 ते 15-10, **३-दिवसीय:** 22 से 25-१० (कॅम्प) समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य व आचार्य समेलन: 13-12-2021, सहायक आचार्य समेलन: 14 ते 16-12, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 17 ते 20-12, प्रशिक्षक कार्यशाळा: 21-12, ट्यूटी व धम्मसेवक कार्यशाळा: 16 ते 17-10,

२० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 30-6 ते 11-7,

(गंभीर सूचना- ० कृपया लक्ष घ्यावे की धम्मगिरीत बुकिंग केल्याशिवाय येऊ नये, परत पाठवतांना शिबिरार्थीलाही त्रास होतो व आम्हालाही. ० ज्या क्षेत्रात केंद्र आहे, त्या क्षेत्राच्या लोकांनी तेथेच आवेदन करावे. विशेष कारणाने धम्मगिरीत त्यांचे आवेदन स्वीकारले जाणार नाहीत. ० कृपया स्वीकृति-पत्र आपल्या सोबत अवश्य आणावे. ० येणे शक्य नसल्यास तशी सूचना वेळेअगोदर अवश्य कळवावी.

धम्मतपोवन-1 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

दहा-दिवसीय एकजीववृत्ति शिबिर: 8 ते 19-4, **सतिपट्टन:** 2 ते 10-9,

२० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 24-4 ते 5-5, 18 ते 29-8, 20-दिवसीय: 10 ते 31-5, 24-7 ते 14-8, 30-दिवसीय: 4-6 ते 5-7, 18-8 ते 18-9, 45-दिवसीय: 4-6 ते 20-7, 19-12 ते 3-2-2022, 60-दिवसीय: 12-10 ते 12-12.

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

दहा-दिवसीय एकजीववृत्ति शिबिर: 30-11 ते 11-12, **सतिपट्टन:** 22 ते 30-4, 18 ते 26-11,

० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 28-6 ते 19-7, 30-दिवसीय: 8-5 ते 8-6, 25-9 ते 26-10, 45-दिवसीय: 8-5 ते 23-6, 25-9 ते 10-11, 60-दिवसीय: 23-7 ते 22-9, 17-12 ते 16-2-2022.

धम्मपत्तन : गोरई, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केंद्र, एसेल वर्ल्ड के पास, गोरई खाडी, बोरीवली (पश्चिम) मुंबई-- 400 091, फोन: +91 8291894650, टेली. (+09122) 50427518, Ext. No. (पुरुष कार्यालय) 519 (50427519), (महिला कार्यालय) 546 (50427546), (सुबह 11 ते सायं 5 बजे तक); Website: www.pattana.dhamma.org. दस-दिवसीय एकजीववृत्ति शिबिर: 11 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, 14 ते 25-9, 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, **सतिपट्टन:** 24-5 ते 1-6, 17 ते 25-6, 3-दिवसीय: 8 ते 11-4, 12 ते 15-8, 1-दिवसीय मेगा: 23-5, 25-7, 26-9,

२० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 1 से 12-9,

Email: registration_pattana@dhamma.net.in; ऑनलाइन बुकिंग: www.dhamma.org/en/schedules/schpattana.shtml "धम्मपत्तन" विपश्यना केंद्रात केवळ 90 साधकांसाठी स्थान आहे. त्यामुळे सर्व साधकांना विनंती आहे की ज्यांना शिबिरासाठी स्वीकृति मिळाली, त्यांनीच यावे आणि ज्यांना स्वीकृति मिळाली नाही, त्यांनी कृपया कोणत्याही प्रकारचा आग्रह करू नये. ० कृपया आपला आपत्कालीन फोन-संपर्क (रोजारचा असला तरी) अवश्य लिहावा.

एक दिवसीय शिबिर : ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा, गोरईगांव, मुंबई प्रत्येक रविवारी- सकाळी 11 ते सायं 4 वाजेपर्यंत (पॅगोड्याच्या घुमटात होते, त्यामुळे साधकांना भगवान बुद्धांच्या पावन धातूच्या सान्निध्यात ध्यान करण्याची संधी प्राप्त होते.) संपर्क: फोन: 022-28452235. Email: info@globalpagoda.org; कृपया आपल्यासोबत पिण्याच्या पाण्याची बाटली अवश्य आणावी. पिण्याचे पाणी मोठ्या बाटलीत (20 लीटर) उपलब्ध राहिले. त्यातून आपली बाटली भरून आपल्याजवळ ठेवता येईल.

घेणाऱ्या दर्शकांसाठी लघु आनापान शिबिर

ग्लोबल पॅगोड्यात रोज सकाळी 11 ते दुपारी 4 वाजेपर्यंत पंधरा-वीस मिनिटांचे इंग्रजी हिंदी लघु आनापान प्रशिक्षण सल सुरु असते. सकाळी 11 वाजता प्रथम सल व दुपारी 4 वाजता अंतिम सल. यात भाग घेणाऱ्याला पूर्ण प्रशिक्षण सलत बसणे अनिवार्य आहे

धम्मविपुल : बेलापूर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 ए; सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलापूर, (पारसीक हिल, सीवुड दारावे रेल्वे स्टेशन जवळ हर्वर लाईन) नवी मुंबई 400 614. संपर्क: फोन: 022-27522277, 27522404/03 (सकाळी 11 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). Email: dhamma-vipula@gmail.com, बुकिंग केवळ ऑनलाइन: <http://www.vipula.dhamma.org/> दहा-दिवसीय: 14 ते 25-4, 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, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 29-9 ते 10-10, 13 ते 24-10, 27-10 ते 7-11, 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी. सामू. साधना: दररोज सकाळी: 9 ते राती 9 पर्यंत, साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात,

धम्मवाहिनी : टिटवाळा

मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र, गांधी रोड, टिटवाळा (पूर्व) कल्याण, जि. ठाणे. Website www.vahini.dhamma.org, नोंदणी केवळ ऑनलाईन; Email: vahini.dhamma@gmail.com संपर्क: मोबाईल: 97730-69978, 9004620434, केवळ कार्यालयाच्या दिवशी - 10 ते सायं 6 वाजेपर्यंत. दहा-दिवसीय: 10 ते 21-4, 24-4 ते 5-5, 8 ते 19-5, 22-5 ते 2-6, 5 ते 16-6, 19 ते 30-6, 3 ते 14-7, 17 ते 28-7, 31-7 ते 11-8, 28-8 ते 8-9, 11 ते 22-9, 25-9 ते 6-10, 9 ते 20-10, 23-10 ते 3-11, 6 ते 17-11, सतिपट्टन: 14 ते 23-8,

दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 30-11 ते 21-12, 30-दिवसीय: 30-11 ते 31-12,

धम्मवाटिका, पालघर

पालघर विपश्यना केंद्र, गट नं. 198-2/ए, अल्याली क्रिकेट ग्राउंडच्या मागे, अल्याली, पालघर-401404, संपर्क केंद्र 91 9637101154, Email: info@vatika.dhamma.org, संपर्क: 1) श्री इराणी, मो. 9270888840, 2) श्री अनिल जाधव, मो. 91 9049151464, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 14 ते 25-4, 12 ते 23-5, 13 ते 24-6, 27-6 ते 8-7, 25-7 ते 5-8, 11 ते 22-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-10, 21-10 ते 1-11, 21-11 ते 2-12, 25-12-21 ते 5-1-22, (केवळ स्त्रियां) 28-4 ते 9-5, 3-5 ते 1-6, 11 ते 22-7, 24-9 ते 5-10, 7 ते 18-11, सतिपट्टन: (केवळ पुरुष) 12 ते 20-9, (केवळ स्त्रियां) 5 ते 13-12,

दीर्घ शिबिर कार्यक्रम**भारत****विशेष 10-दिवसीय**

12 ते 23-4-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
21-4 ते 2-5-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
24-4 ते 5-5-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
5 ते 16-5-2021	धम्मअजय - चंद्रपुर (महाराष्ट्र)
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	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
19 ते 30-7-2021	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
21-7 ते 1-8-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
28-7 ते 8-8-2021	धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
30-8 ते 10-9-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
1 ते 12-9-2021	धम्मपत्तन - गोरई, बोरीवली, मुंबई
4 ते 15-9-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात
21-9 ते 2-10-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 ते 17-10-2021	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
15 ते 26-10-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
17 ते 28-10-2021	धम्मसरोवर - थुळे (महाराष्ट्र)
20-11 ते 1-12-2021	धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)

20-दिवसीय

12-4 ते 3-5-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
5 ते 26-5-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
10 ते 31-5-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 ते 23-6-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
20-6 ते 11-7-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
28-6 ते 19-7-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
30-6 ते 21-7-2021	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
1 ते 22-7-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
24-7 ते 14-8-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 ते 23-8-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
3 ते 24-8-2021	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
11-8 ते 1-9-2021	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
25-8 ते 15-9-2021	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात
5 ते 26-9-2021	धम्मगाढ - विलासपुर (छत्तीसगढ)
8 ते 29-9-2021	धम्मसुवर्णी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
11-9 ते 2-10-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
28-9 ते 19-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
6 ते 27-10-2021	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
7 ते 28-11-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
30-11 ते 21-12-2021	धम्मवाहिनी - टिटवाळा
4 ते 25-12-2021	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)

30-दिवसीय

5-5 ते 5-6-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-5 ते 8-6-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-6 ते 2-7-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
2-6 ते 3-7-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
4-6 ते 5-7-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
30-6 ते 31-7-2021	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
1-7 ते 1-8-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
1-8 ते 1-9-2021	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
11-8 ते 11-9-2021	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
18-8 ते 18-9-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
28-8 ते 28-9-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
11-9 ते 12-10-2021	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
18-9 ते 29-10-2021	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
25-9 ते 26-10-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 तो 31-10-2021	धम्मउत्कल - खरियार रोड (उडीसा)
6-11 ते 7-12-2021	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
7-11 ते 8-12-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
30-11 ते 31-12-2021	धम्मवाहिनी - टिटवाळा

21-12-2021 ते 21-1-2022

धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात

45-दिवसीय

8-5 ते 23-6-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2-6 ते 18-7-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
4-6 ते 20-7-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
25-9 ते 10-11-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
15-10 ते 30-11-2021	धम्मसुवर्णी - श्रावस्ती (उ. प्र.)
2-11 ते 18-12-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
17-12-2021 ते 1-2-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
19-12 ते 3-2-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
21-12-2021 ते 5-2-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात
9-2-2022 ते 27-3-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)

60-दिवसीय

23-7 ते 22-9-2021	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
12-10 ते 12-12-2021	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
17-12 ते 16-2-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)

धम्मनन्दु : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विपश्यना केंद्र, (नोंदणीना प्रवेश नाही) मरकळ गावाजवळ, आळंदी पासून 8 कि.मी. दहा-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 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) 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, सतिपट्टन: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 23 ते 31-10, 3-दिवसीय: 4 ते 7-4, 3 ते 6-6, 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 स्टेडियमसमोर, स्वारागेट वॉटर वर्क्सच्या मागे, आनंद भंगल कार्यालयाजवळ, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org दहा-दिवसीय: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 4 ते 15-4, 2 ते 13-5, 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, (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 16 ते 27-5, 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, सतिपट्टन: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 18 ते 26-4, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 21 ते 29-9, 3-दिवसीय: 28 ते 31-10, किशोरांचे शिबिर: 2 ते 10-5, किशोरांचे शिबिर: 16 ते 24-5, 2-दिवसीय बाळ-शिबिर: (12 ते 18 वर्ष मुले) 11 ते 12-5, (12 ते 18 वर्ष मुले) 14 ते 15-5, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या गुरुवारी व चौथ्या रविवारी सकाळी: 8:30 ते 4:30 पर्यंत, बाळ-शिबिर: (9 ते 18 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी (सकाळी: 8 ते दुपारी 2.30 पर्यंत)

धम्मअजन्ता : औरंगाबाद (महाराष्ट्र)

अजन्ता अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना समिती, गट नं. 45 रामपुरी, वैजापुर रोड, औरंगाबाद-431003. संपर्क: फोन: (0240) 2040444, मोबाईल: 94222-11344, 99218-17430. Email: info@dhammaajanta.org; दहा-दिवसीय: 28-4 ते 9-5, 19 ते 30-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 30-6 ते 11-7, 14 ते 25-7, सतिपट्टन: 16 ते 24-4, किशोरांचे शिबिर: 10 ते 18-5,

धम्मसरोवर : थुळे (महाराष्ट्र)

खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडरगांव जलशुद्धिकरण केंद्राजवळ, मु. पो. तिली, जि.ठाणे - थुळे, पिन: 424002; (नोंदणीना प्रवेश नाही) (केवळ पर्यटन जाण्यासाठी पाच कॅदलीजजवळ "सेरा पोज लॉज" जवळ पोहोचवे तिथून तिली गावासाठी ऑटोरिक्षा भेटतात.) दहा-दिवसीय: 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, सतिपट्टन: 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, बाळ-शिबिर: 16-8, 10-10, 1-11, 29-12, 30-12, दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 17 ते 28-10, संपर्क: डॉ. देवरे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर

धम्मसिद्धपुरी विपश्यना ध्यान केंद्र, ऑफ विजापुर रोड, भाटेगाव जि.ठाणे, सोलापुर - डोंगाव गाव रस्ता, सोरेगाव पासून 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, जि.ला. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, संपर्क: 1) श्री. सखाट पाटील, मोबा. 7620592920, 9011908000, 2) श्री. भालचंद्र उकरदे, मोबा. 9860759866, दहा-दिवसीय: 14 ते 25-4, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 30-6 ते 11-7, 14 ते 25-7, 28-7 ते 8-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 29-9 ते 10-10, 13 ते 24-10, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1, सतिपट्टन: 30-4 ते 9-5, 2-दिवसीय: 13 ते 16-5, 12 ते 15-8, 11 ते 14-11, किशोरांचे शिबिर: 21 ते 29-5, 26-10 ते 3-11,

धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)

दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (नोंदणीना प्रवेश नाही) रामलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रेल्वे स्टेशन), जि. कोल्हापुर-416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, दहा-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 4 ते 15-4, 19 ते 30-9, 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 15 ते 16-12, 19 ते 30-12, (हिंदी व मराठी भाषी, केवळ स्त्रियां) 2 ते 13-5, (हिंदी व मराठी भाषी) 18 ते 29-4, 13 ते 24-6, 27-6 ते 8-7, 25-7 ते 5-8, 3 ते 14-10, 17 ते 28-10, (हिंदी, इंग्रजी व कन्नडी भाषी) 11 ते 22-7, सतिपट्टन: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 29-6 ते 8-7, 5 ते 14-10, 21 ते 30-12, 3-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 14 ते 17-9, 2-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 10 ते 12-6, 29 ते 31-10, किशोरांचे का शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 16 ते 24-5, किशोरांचे का शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 30-5 ते 7-6, 2-दिवसीय बाल-शिबिर: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) धम्मसेवक कार्यशाला: (हिंदी व मराठी भाषी) 19 ते 20-11, दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 11-8 ते 1-9, 30-दिवसीय: 11-8 ते 11-9,

धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहदुर्गा गाव, नागपुर-क्लमेश्वर रोडजवळ. Email: info@naga.dhamma.org संपर्क: मोबा. 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (नोंदणीना प्रवेश नाही) दहा-दिवसीय: 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, सतिपट्टन: 28-4 ते 6-5, 24-12 ते 1-1-2022, 3-दिवसीय: 27 ते 30-5, 1-दिवसीय: 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, किशोरांचे शिबिर: 8 ते 16-5, किशोरांचे शिबिर: 17 ते 25-5, सहायक आचार्य कार्यशाला: 14 ते 18-7-2021 संपर्क: सचिव, कल्याणमिल चॅरिटेबल ट्रस्ट, अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धन्तोली, नागपुर-440012. फोन: 0712- 2458686, 2420261. (सर्व पल-व्यवहार संपर्क पत्त्यावर करावा.)

धम्मसुगती : सुगतनगर (नागपुर)

विपश्यना साधना केंद्र, सुगतनगर, नागपुर-14, फोन नं. (0712)2630115. दस-दिवसीय: 5 ते 16-5, 2 ते 13-6, 7 ते 18-7, 3 ते 14-8, 1 ते 12-10, 8 ते 19-11, 8 ते 19-12, (केवळ स्त्रियां) 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 25-9, सतिपट्टन: 22 ते 30-7, 22 ते 30-12, 3-दिवसीय: 21 ते 24-4, 16 ते 19-6, 21 ते 24-10, 24 ते 27-11, 1-दिवसीय: 14-4, 18-4, 16-5, 30-5, 13-6, 18-7, 14-8, 12-9, 21-11, 6-12, बाळ-शिबिर: 21 ते 24-10, सामू. साधना: दररोज सकाळी 5 ते 6 व सायं 6 ते 7 पर्यंत व प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9; बाळ आनापान सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9; संपर्क: 1) श्री सुखदेव नारनवरे, मोबा. 9422129229, 2) श्री कमलेश चान्दने, मोबा. 9373104305.

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. मार्ग, पिंपळगांव बायपास, यवतमाल - 445001, संपर्क: 1) श्री डी. डी. गडलिग, मोबा. 9422865661, 2) डॉ. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475. **दस-दिवसीय:** (पुरुष व स्त्रियांसाठी) 1) ते 12-5, 15 ते 26-6, (केवळ पुरुष व भिक्षु 9 ते 20-7), 2) ते 13-8, 18 ते 29-9, 19 ते 30-10, 3) ते 14-11, 7 ते 18-12, 4) **सतिपट्टन:** 15 ते 23-5, 19 ते 27-11, 3-दिवसीय: 16 ते 19-8, 1-दिवसीय: 18-4, 26-5, 13-6, 24-7, 1-8, 29-9, 10-10, 5-12, 6) **बाळ-शिविर:** 25-4, 30-5, 27-6, 25-7, 29-8, 12-9, 3-10, 28-11, 26-12,

चिटकी (वर्षा): धम्मकुटी विपश्यना केंद्र, चिटकी, पुलागाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, दस-दिवसीय: 15 ते 26-4, 7 ते 18-9, 6 ते 17-10, 6 ते 17-11, 7 ते 18-12, संपर्क: श्री. खंडार, फोन: 07158-284372, मोबा. 9028494401, श्री भेले, मोबा. 9834603076,

रोहणागांव: (पवन, भंडारा): दहा-दिवसीय: 7 ते 18-4, 19 ते 30-5, 16 ते 27-6, 7 ते 18-7, स्थान: विसुद्धमगो विपस्सना चॅरिटेबल ट्रस्ट, च्यारा संचालित - धम्मपवन विपश्यना केंद्र, रोहणागांव (पवन) जि. भंडारा, संपर्क: 1) श्री शैलेश कांबळे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेक, मोबा. 9223349183,

तुमसर (भंडारा): दहा-दिवसीय: 20 ते 31-10, 17 ते 28-11, 15 ते 26-12, 3-दिवसीय: 16 ते 19-10, 1-दिवसीय: 8-4, 7-5, 4-6, 3-8, 2-9, 1-10, 1) **बाळ-शिविर:** 18-10, 29-11, 26-12, स्थान: बुद्धविहार अण्ड वेलफेअर सेंटर, चल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, संपर्क: 1) श्री डोंगर, मोबा. 62604-50436, 2) श्री चौरे, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडणे, मोबा. 096236-68240,

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेल्वे लाइनजवळ, सहकार नगर, भंडारा 441904, दहा-दिवसीय: 2 ते 13-4, 20 ते 31-7, 10 ते 21-8, 21-9 ते 2-10, 4 ते 15-12, 5) **सतिपट्टन:** 6 ते 14-9, 21 ते 30-11, 2-दिवसीय: 24 ते 26-12, 1-दिवसीय: 13-4, 26-5, 27-6, 1-8, 22-8, 19-9, 3-10, 19-10, किशोरिचे शिविर: 7 ते 16-11, 1) **2-दिवसीय बाळ-शिविर:** 15 ते 16-11, 1 ते 2-5, 2) **1-दिवसीय बाळ-शिविर:** 11-4, 27-4, 11-5, 25-5, 8-6, 22-6, 11-7, 29-8, 19-9, 10-10, 19-12, संपर्क: सलूजा, 09423673572, चौरे, 9890441071, विनोद, 9422833002, 7588749108,

धम्म निरंजन : नांदेड

विपश्यना साधना केंद्र, नवीन डंकीण (गोदावरी नदीच्या किनाऱ्यावर) नांदेड, संपर्क: 1) श्री दृढिवेले, मोबाइल: 9423148636, 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दस-दिवसीय:** (केवळ स्त्रियां) 7 ते 18-7, 6 ते 17-10, 8 ते 19-12, (केवळ पुरुष) 16 ते 27-6, 1 ते 12-9, 17 ते 28-11, 4) **सतिपट्टन:** 14 ते 22-8, 3-दिवसीय: 10 ते 13-6, 22 ते 25-7, 3-दिवसीय बाळ-शिविर: (केवळ मुले) 7 ते 10-11, (केवळ मुली) 11 ते 14-11, 2-दिवसीय बाळ-शिविर: (केवळ मुले) 18 ते 20-4, (केवळ मुली) 21 ते 23-4, 1-दिवसीय: 26-5, 27-6, 18-7, 29-8, 12-9, 17-10, 29-12, स्वयं शिविर: प्रत्येक रविवारी सकाळी 6 ते 10 पर्यंत, **बाळ-आनापान आनंदाईन शिविर:** महिन्यात तिसऱ्या रविवारी

धम्म वसुधा : हिवरा वर्धा

विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट झडशी, ता. सेलु, जि. वर्धा Email: dhammasudha@gmail.com, संपर्क: 1) श्री वांते, 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. मोबा. 9326732550, 9326732547. 2) श्री काटवे, मोबा. 9890309738. दहा-दिवसीय: 17 ते 28-10, 10 ते 21-11, 4) **सतिपट्टन:** 1 ते 9-12,

धम्मअनाकुल : खापरखेडा फाटा, तेलहारा (अकोला)

विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेडा फाटा, तेलहारा-444108 जि. अकोला Email: info.anakula@vridhamma.org, Website: www.anakula.dhamma.org मोबा. 9421156138, 9881204125, 9421833060, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 21-4 ते 2-5, 9 ते 20-6, 3 ते 14-8, 1 ते 12-9, 20 ते 31-10, 24-11 ते 5-12, ((केवळ स्त्रियां) 7 ते 18-4, 5 ते 16-5, 23-6 ते 4-7, 18 ते 29-8, 15 ते 26-9, 4 ते 15-10, 10 ते 21-11, 8 ते 19-12, दहा-दिवसीय: (केवळ भिक्षुंसाठी) 7 ते 18-7, 4) **सतिपट्टन:** 29-5 ते 6-6, 23 ते 31-7, 3-दिवसीय: 29-9 ते 2-10, 23 ते 26-12, 2-दिवसीय: 21 ते 23-5, 1-दिवसीय: 26-5, 21-7, 19-10, संपर्क: 1) विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, शेगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

कोटंबा (यवतमाल): दहा-दिवसीय: (पुरुष व स्त्रियांसाठी) 18 ते 29-4, 2 ते 13-5, 16 ते 27-5, 4 ते 15-7, 12 ते 23-9, 2 ते 13-10, 5 ते 16-12, (केवळ स्त्रियां) 1 ते 12-8-2021, (केवळ भिक्षु व पुरुषांसाठी) 6 ते 17-6, (केवळ भिक्षुण्या व स्त्रियां) 7 ते 18-11, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 3 पर्यंत **बाळ-शिविर:** 23-4, 23-5, 20-6, 18-7, 29-8, 26-9, 17-10, 28-11, 26-12, संपर्क: धम्मभूमी विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभूळगांव जि. यवतमाल-445001. मोबा. 9822896453, 9890429314, 7776964808, 9175622575,

मलकापुर: (अकोला) दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 3 ते 14-10, (केवळ स्त्रियां) 13 ते 24-5, 12 ते 23-12, 1 ते 12-6, स्थान: भद्रान्त आनंद निवास, राजरतन कॉलनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001, मोबा. 9421937014, संपर्क: 1) श्री तायडे, मोबा. 9421794874, 2) श्री आठवले, मोबा. 9404092468

पातुर: (अकोला) विपश्यना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातुर जि. अकोला - 444501, दहा-दिवसीय: (केवळ जुने साधक पुरुष 16 ते 27-3) (केवळ स्त्रियां) 1 स 12-6, 25-7 ते 5-8, 20-11 ते 1-12, 20 ते 28-12, (केवळ पुरुष) 15 ते 26-4, 11 ते 22-5, 25-6 ते 6-7, 10 ते 21-8, 21-9 ते 2-10, (केवळ भिक्षु 23-10 ते 3-11) **सतिपट्टन:** 26-8 ते 3-9, 3-दिवसीय बाळ-शिविर: (10 ते 17 वर्ष) 7 ते 10-11, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी, वेळ 9 ते 5, **बाळ-शिविर:** (वय 10 ते 16 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी, वेळ 9 ते 5, संपर्क: 1) श्री. जगन्नाथ गवई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

धम्मअजय : चंद्रपुर (महाराष्ट्र)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव - अजयपुर, पो. चिचपल्ली, मुल रोड, चंद्रपुर, Online Registration :- Website :- www.ajaya.dhamma.org, Email: dhammaajaya@gmail.com, संपर्क: 1) मिलिंद चरडे, सुगतनगर, नगीनाबाग वाई, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, दहा-दिवसीय: 19 ते 30-4, 28-5 ते 8-6, (केवळ भिक्षुंसाठी 16 ते 27-6) 2 ते 13-7, 28-7 ते 8-8, 12 ते 23-8, 29-8 ते 9-9, 12 ते 23-9, 29-9 ते 10-10, 17 ते 28-10, 1 ते 12-11, 8 ते 19-12, 26-12 ते 7-1, **सतिपट्टन:** 5 ते 13-4, 27-11 ते 5-12, 3-दिवसीय: 18 ते 21-7, 2-दिवसीय: 21 ते 23-5, 19 ते 21-11, 1-दिवसीय: 26-5, 27-6, 23-7, 8-8, 26-9, 10-10, 19-12, धम्मसेवक कार्यशाळा: 4-4, बाळ शिविर शिक्षक कार्यशाळा: 2-5,

∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 5 ते 16-5,

धम्मपदेस : पाली (रत्नागिरी)

कौकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pades.dhamma.org, दस-दिवसीय: 15 ते 26-4, 1 ते 12-5, 15 ते 26-5, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 1 ते 12-8, 15 ते 26-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 15 ते 26-10, 1 ते 12-11, 15 ते 26-11, 1 ते 12-12, **सतिपट्टन:** 15 ते 24-7, 15 ते 24-12, 3-दिवसीय: 1 ते 4-7, संपर्क: 1. श्री संतोष आयर 1) 9975434754 / 9960503598

महाड: दस-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 4 ते 15-4, 2 ते 13-5, 6 ते 17-6, 4 ते 15-7, 18 ते 29-7, 1 ते 12-8, 15 ते 26-8, 5 ते 16-9, 19 ते 30-9, 3) ते 14-10, 17 ते 28-10, 1) ते 12-11, 2) ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5) ते 16-12, 19 ते 30-12, (केवल महिलां) 18 ते 29-4, 16 ते 27-5, 20-6 ते 1-7, 3-दिवसीय: (केवल पुरुष) 27 ते 30-5, 26 ते 29-8, 28 ते 31-10, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी सकाळी 10 ते दुपारी 3 वाजेपर्यंत # बाळ शिविर:

प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी सकाळी 10 ते दुपारी 2 वाजेपर्यंत स्थान: डा. बाबासाहेब आंबेडकर मेमोरियल हॉल, विपश्यना शिवाजी चौक, कोटेश्वरी तले, महाड 402301, जिला: रायगड, संपर्क: (020) 24436250, Email: info@punna.dhamma.org, मोबा: 7719070011,

जयपुर व उत्तर भारत

धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

राजस्थान विपश्यना 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: 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:** 8 ते 16-6, 20 ते 28-7, 3-दिवसीय: 16 ते 19-12, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 12 ते 23-4, 19 ते 30-6, 20-दिवसीय: 28-9 ते 19-10, 30-दिवसीय: 18-9 ते 29-10,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विपश्यना केंद्र, गाव रेवत (केडेल), पर्यटन रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570. 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.

धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसोर्टमागे, अध्यात्म विद्याग सस्तग केंद्राजवळ चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 9 ते 20-4, 26-4 ते 7-5, 15 ते 26-6, 30-6 ते 11-7, 14 ते 25-7, 7-7 ते 9-8, 14 ते 25-9, 9 ते 20-10, 23-10 ते 3-11, 7 ते 18-11, 22-11 ते 3-12, 20 ते 31-12, **सतिपट्टन:** 29-9 ते 29-3, 3-दिवसीय: 24 ते 27-3, 11 ते 14-8, 7 ते 10-12, 1-दिवसीय: 26-5, किशोरिचे शिविर: 31-5 ते 8-6, किशोरिचे शिविर: 2 ते 10-9, **बाळ शिविर 3-दिवसीय:** (13 ते 16 वर्ष) 11 ते 14-5, (13 ते 16 वर्ष केवळ मुले) 18 ते 21-8, (13 ते 16 वर्ष केवळ मुली) 25 ते 28-8, संपर्क: 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लॉक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: Whatsapp No. 9887099049, 8233013020.

धम्मपुब्बज, चूर (राजस्थान)

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चूरपासून 6 कि.मी.) चूर (राजस्थान): फोन: 9664481738, संपर्क: 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, 9887099049, Whatsapp Only) दहा-दिवसीय: 27-4 ते 8-5, 29-5 ते 9-6, 12 ते 23-6, 27-6 ते 8-7, 13 ते 24-7, 12 ते 23-9, 17 ते 28-10, 8 ते 19-11, 23-11 ते 4-12, **सतिपट्टन:** 28-9 ते 6-10, 22 ते 30-12, 3-दिवसीय: 17 ते 20-4, 11 ते 14-8, 9 ते 12-10, 8 ते 11-12, 1-दिवसीय: 26-5, व प्रत्येक रविवारी, किशोरिचे शिविर: 1 ते 9-9, **बाळ शिविर 3-दिवसीय:** (13 ते 16 वर्ष मुले) 17 ते 20-8, (13 ते 16 केवळ मुली) 24 ते 27-8, **बाळ शिविर 2-दिवसीय:** (13 ते 16 वर्ष मुले) 31-10 ते 2-11, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 28-7 ते 8-8,

धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्मोड पोलिस स्टेशनजवळ), पो. सोहना, वल्लभगढ-सोहना रोड, (सोहनापासून 12 कि.मी.), जिल्हा- गुवांगंव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (वल्लभगढ व सोहना येथून बस उपलब्ध आहे.) दहा-दिवसीय: 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, 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, संपर्क: विपश्यना साधना संस्थान, रुम नं. 1015, 10 वा तळ, हेमकुंड/मोदी टावर, 98 नेहरू प्लेस, नवी दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

धम्मपट्टान : सोनीपत (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, कमासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapatthana@gmail.com. **सतिपट्टन:** 7 ते 15-5, 19 ते 27-5, 6 ते 14-7, 23 ते 31-12, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 2 ते 5-10, धम्मसेवक कार्यशाळा: 6 ते 7-10, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 17 ते 28-7, 15 ते 26-10, 20-दिवसीय: 12-4 ते 3-5, 2 ते 23-8, 30-दिवसीय: 1-6 ते 2-7, 28-8 ते 28-9, 45-दिवसीय: (15 दिवसीय आनापान) 2-11 ते 18-12, संपर्क: धम्मसोत-संपर्कावर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअरपोर्ट/कुंजपुर रोड, गाहूरमेट शाकेजवळ, गांव 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: 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:** 27-10 ते 4-11, किशोरिचे शिविर: 29-5 ते 6-6, किशोरिचे शिविर: 12 ते 20-6,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिती, लाहली - आंवल रोड, गांव लाहली, ता - कलानोर, जिल्हा: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दहा-दिवसीय: 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:** 6 ते 14-11,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गाव आनंदगढ, पो. मेहलावली जिल्हा-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488. Email: info@dhaja.dhamma.org, दहा दिवसीय: 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:** 6 ते 14-11,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केंद्र, धरमकोट मैकलोजंगज, धर्मशाला, जिल्हा- कांगरा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (नोंदणीसाठी फोन सायं 4 ते 5) Email: info@sikhara.dhamma.org, दहा-दिवसीय: एप्रिल ते नोव्हेंबर प्रत्येक महिन्यात 1 ते 12 व 15 ते 26. केवळ इतर शिविरांच्या वेळी नाही. **सतिपट्टन:** 15 ते 23-11, 3-दिवसीय: 23 ते 26-11,

धम्मलद्ध : लेह-लद्दाख (जम्मू-काश्मीर)

विपश्यना साधना लद्दाख, लेहपासून 8/9 कि. मी. संपर्क: श्री लोभझंग विसुद्धा, एन्थट ट्रॅक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दहा-दिवसीय: 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 21-11, 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, **सतिपट्टन:** 28-4 ते 6-5, 26-5 ते 3-7, 21 ते 29-7, 18 ते 26-8, 15 ते 23-12, 3-दिवसीय: 16 ते 19-9, 2-दिवसीय: 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: lvissuddha@yahoo.com; info@ladakh.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)

देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कच्छ व संतला देवीजवळ, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दहा-दिवसीय: 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. ● सतिपट्टान: 5 ते 13-10, 3 ते 11-4, 22 ते 30-12, 3-दिवसीय: 15 ते 18-8, 2-दिवसीय: 17 ते 19-10, संपर्क: 1) श्री भंडारी, 16 टेंगोर विला, चक्राता रोड, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फॅक्स: 2715580.

धम्मलक्खण : लखनऊ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, अस्ती रोड, बक्शीचा तलाव, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारंभच्या दिवशी दुपारी 2 ते 3 पर्यंत बक्शीचा तलाव रेल्वे क्रासिंग पासून वाहन सुविधा आहे.) Email: info@lakkhana.dhamma.org मोबा. 97945-45334, 9453211879, दहा-दिवसीय: 19 ते 30-4, 4 ते 15-5, 19 ते 30-5, 4 ते 15-6, 19 ते 30-6, 4 ते 15-7, 4 ते 15-8, 19 ते 30-8, 4 ते 15-9, 19 ते 30-9, 4 ते 15-10, 4 ते 15-11, 19 ते 30-11, ● सतिपट्टान: 19 ते 27-10, 3-दिवसीय: 28 ते 31-10, 2-दिवसीय: 15 ते 17-4, 15 ते 17-5, 15 ते 17-6, 15 ते 17-7, 15 ते 17-8, 15 ते 17-9, 15 ते 17-10, 15 ते 17-11, ● 3-दिवसीय बाल शिविर: (13 ते 17 वर्ष मुले) 26 ते 29-12, (13 ते 17 केवळ मुली) 30-12-21 ते 2-1-22, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 19 ते 30-7, 20-दिवसीय: 4 ते 25-12 संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मुद्रला मुक्ता, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

जेतवन विपश्यना साधना केंद्र, कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कॉलेजसमोर, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09333583375 Email: info@suvathi.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 17 ते 28-4, 2 ते 13-5, 17 ते 28-5, 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, ● सतिपट्टान: 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, (12 ते 16 वर्ष केवळ मुले) ● 28 ते 31-5, 28 ते 31-12, ● दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 8 ते 29-9, 45-दिवसीय: 15-10 ते 30-11, संपर्क: 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री मुरली मनोहर, मातन हेलीया. मोबा. 094150-36896,

धम्मचक्र : सारनाथ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, खरगौर गांव, पो. पियरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org (सारनाथ म्युजियमपासून ऑटोरिक्सा भाडे 100/- रुपये आहे.), दहा-दिवसीय: 18 ते 29-4, 3 ते 14-5, 18 ते 29-5, 3 ते 14-6, 18 ते 29-6, 3 ते 14-7, 18 ते 29-7, 3 ते 14-9, 18 ते 29-9, 3 ते 14-10, 18 ते 29-10, 3 ते 14-10, 18 ते 29-10, 20 ते 31-12, ● सतिपट्टान: 9 ते 17-12, 3-दिवसीय: 28 ते 31-8, बाल शिविर शिक्षक कार्यशाळा: 30-10 ते 2-11, ● दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 3 ते 24-8, 30-दिवसीय: 6-11 ते 7-12, संपर्क: मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.ag4@gmail.com,

धम्मकाया कुशीनगर (उ. प्र.)

धम्मकाया विपश्यना साधना केंद्र, ग्राम- धुरिया भाट, बनवारी टोला के पास तहसील- कसया, देवरिया रोड, तहसील कसया, जिला- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaya.vskk@gmail.com; दस-दिवसीय: मे व जून मध्ये नाही — प्रत्येक महिन्यात 1 ते 12 व 16 ते 27 आणि 15 ते 26-5, 17-6 ते 28-6; एक दिवसीय: 26-5 (बुद्ध पौर्णिमा), #-सतिपट्टान: 28 ते 5-6; किशोरीचे शिविर: - 6 ते 14-6; किशोरीचे शिविर: 7 ते 15-6; संपर्क: 1) श्री भूमिधर मोबा. 09452975280, 2) डॉ. विमलकुमार मोदी, द्वारा- आरोग्य मंदिर, गोरखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599455.

धम्मकल्याण : कानपूर (उ. प्र.)

कानपूर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, दोडी घाट, रूमा, पो. सलेमपूर, कानपूर नगर- 209402, (सेंट्रल रेलवे स्टेशनपासून 23 कि. मी.) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (नॉदणीनिचा प्रवेश बिल्कूल नाही) दहा-दिवसीय: 5 ते 16-4, 20-4 ते 1-5, 2 ते 13-5, 13 ते 24-5, 5 ते 16-6, 20-6 ते 1-7, 5 ते 16-7, 20 ते 31-7, 5 ते 16-8, 20 ते 31-8, 5 ते 16-9, 20-9 ते 1-10, 5 ते 16-10, 20 ते 31-10, 5 ते 16-11, 5 ते 16-12, 20 ते 31-12, ● सतिपट्टान: 22 ते 30-11, 3-दिवसीय: 1 ते 4-9, किशोरीचे शिविर: 24-5 ते 1-6, एक-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी सकाळी 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत ● 3-दिवसीय बाळ-शिविर: (8 ते 12 वर्ष) 1 ते 4-6, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20-11 ते 1-12,

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केंद्र, पोलीस स्टेशनमागे, टॉवर रोड, सैफपूर गुरुद्वाराजवळ, हस्तिनापुर, जिल्हा- मेरठ-250404, कार्यालय संपर्क: फोन: 9555515548, 8171490433, 7505414181, 10-दिवसीय: 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, ● सतिपट्टान: 6 ते 14-11, 3-दिवसीय: 1 ते 4-7

धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मगध विश्वविद्यालयजवळ, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-डोभी रोड, बोधगया- 824234, मोबा. 9471603531, Email: info@bodhi.dhamma.org; संपर्क: फोन: 99559-11556, दहा-दिवसीय: 16 ते 27-4, 1 ते 12-5, 16 ते 27-5, 1 ते 12-6, 16 ते 27-6, 1 ते 12-7, 15 ते 26-7, 5 ते 16-9, 20-9 ते 1-10, 1 ते 12-11, 16 ते 27-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12-2021 ते 9-1-2022, 12 ते 23-1-2022, ● सतिपट्टान: 18 ते 26-10, 26-1-2022 ते 3-2-2022, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 6 ते 17-10, 20-दिवसीय: 6 ते 27-10, 30-दिवसीय: 1-8 ते 1-9, 45-दिवसीय: 9-2-2022 ते 27-3-2022,

धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, गांव- लदौरा, पाक्री, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 09931161290, 8935963703, 9431245971, दहा-दिवसीय: 6 ते 17-4, 19 ते 30-4, 5 ते 16-5, 19 ते 30-5, 5 ते 16-6, 19 ते 30-6, 5 ते 16-7, 19 ते 30-7, 5 ते 16-8, 19 ते 30-8, 5 ते 16-9, 19 ते 30-9, 2 ते 13-10, 19 ते 30-10, 19 ते 30-11, 5 ते 16-12, 19 ते 30-12, 5 ते 16-1, 19 ते 30-1-22, ● सतिपट्टान: 1 ते 9-11, संपर्क: श्री राजकुमार गोक्यन्का, फोन: 0621 2240215, Email: info@lichavi.dhamma.org

धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)

बाराचकिया - 845412, पूर्व चम्पारन, बिहार, संपर्क: फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammaupavan@gmail.com, दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 3 ते 14 (नोव्हेंबर 2021 मध्ये नाही) 13 ते 24-11, 3 ते 14-1-2022,

नालंदा (बिहार): दहा-दिवसीय: एप्रिल ते डिसेंबर, प्रत्येक महिन्यात 2 ते 13, स्थान: शिल्प गाव, नव नालंदा महाविहार, गव्हर्मेन्ट ऑफ इंडिया नालंदा (बिहार), फोन: 91-9955911556, संपर्क: डॉ लामा, मोबा. 99314-55583, Email: dhammanalanda@gmail.com, online registration: Website: www.nalanda.in.dhamma.org

धम्मपाटलिपुत्त : पटना (बिहार)

पटना विपश्यना केंद्र, साधना कक्ष बुद्ध स्मृती पार्क, पटना जंक्शन जवळ, पटना - 800001, बिहार, संपर्क: मोबा. +91 6205978822, +91 6299534629, E - mail: info@patna.in.dhamma.org, Website: http://www.patna.in.dhamma.org,

दस-दिवसीय: 17 ते 28-4, 3 ते 14-5, 17 ते 28-5, 3 ते 14-6, 17 ते 28-6, 3 ते 14-7, 17 ते 28-7, 17 ते 28-8, 3 ते 14-9, 17 ते 28-9, 3 ते 14-10, 3 ते 14-11, 3 ते 14-12, 17 ते 28-12, 3 ते 14-1-22, 17 ते 28-1-22. ● सतिपट्टान: 3 ते 11-8,

धम्मवेसाली : वैशाली (बिहार)

धम्मवेसाली पिवश्यना केंद्र, वियतनाम महाप्रजापति ननरी, विश्वशांति पगोडा रोड, वैशाली-844128, संपर्क: 9102288680, श्री राजकुमार गोक्यन्का, फोन: 0621 2240215, 89359 63703, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 4 ते 15, जानेवारी ते डिसेंबर पर्यंत.

कच्छ व गुजरात**धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)**

कच्छ विपश्यना केंद्र, गाव- बाडा, ता. मांडवी, जिल्हा- कच्छ 370475. मोबा. 09638577325, Email: info@sindhu.dhamma.org (शिविर आरंभ होण्याच्या दिवशी सरळ केंद्रात जाण्यासाठी वाहन सुविधा उपलब्ध. त्यासाठी संपर्क- फोन: भुज: 094274-33534. गांधीघाम: 094262-50746. मांडवी: 09974575660.) दहा-दिवसीय: 8 ते 19-4, 29-4 ते 10-5, 20 ते 31-5, 10 ते 21-6, 1 ते 12-7, 7 ते 18-7, 20 ते 31-7, ● सतिपट्टान: 22 ते 30-4, 22 ते 30-6, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 21-7 ते 1-8, 20-दिवसीय: 5 ते 26-5, 30-दिवसीय: 5-5 ते 5-6, संपर्क: मोबा. 7874623305, 9825320551.

धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीठ्ठा गाव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निखिलभाई पारील, मोबा. 09429233000, 2. श्री उषेद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, ● सतिपट्टान: 7 ते 15-4,

धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

गुर्जर विपश्यना केंद्र, (अहमदाबाद रेल्वे स्टेशनपासून 40 कि.मी.) गाव- रनोडा, ता. धोलाका, 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 स्टॅंड (अहमदाबाद) दुपारी 2:30 वाजता) दहा-दिवसीय: 7 ते 18-4, संपर्क: 1) श्रीमती शशि तोडी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई ते अहमदाबाद) पश्चिम पासून 2 कि. मी. दूर वर बोरीया टोलनाका, गाव- वागलवाड ता. गनदेवी, जि. नवसारी, मोबा. 09586582660, 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 रत्नशीभाई के. पटेल, मोबा. 09825044536, दहा-दिवसीय: 14 ते 25-4, 28-4 ते 9-5, 15 ते 23-5, 29-6 ते 10-7, 11 ते 22-7, 26-7 ते 6-8, 7 ते 18-8, 18 ते 29-9, 6-10 ते 17-10, 20 ते 31-10, 6 ते 17-11, 24-11 ते 5-12, 7 ते 18-12, ● सतिपट्टान: 25-8 ते 2-9, 3-दिवसीय: 27 ते 30-5, 24 ते 27-6, 22 ते 25-7, 19 ते 22-8, 30-9 ते 3-10, 18 ते 21-11, किशोरियां का शिविर: 3 ते 11-6, किशोरों का शिविर: 15 ते 23-6, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 4 ते 15-9, 20-दिवसीय: 25-8 ते 15-9, 30-दिवसीय: 21-12 ते 21-1, 45-दिवसीय: 21-12 ते 5-2,

दक्षिण भारत**धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडू)**

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा थोनीरमलाई रोड, थोनीरमलाई, चेन्नई-600044, शिविरसंबंधी माहिती व नोंदणीसाठी संपर्क: फोन: 044-65499965, मोबाइल: 94442-80952, 94442-80953, (केवळ 10 ते 1 व सायं 2 ते 5 वाजेपर्यंत). Email: setu.dhamma@gmail.com संपर्क: श्री गोक्यन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फॅक्स: 91-44-4201-1177. मोबाइल: 098407-55555. Email: skgoenka@gkgclothing.in, दहा-दिवसीय: 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 4 ते 15-8, 18 ते 29-8, 1 ते 12-9, 15 ते 26-9, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 5 ते 16-11, 18 ते 29-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, ● सतिपट्टान: 10 ते 18-4, 30-6 ते 8-7, 3-दिवसीय: 27 ते 30-5, 30-9 ते 3-10, 28 ते 31-12, 1-दिवसीय: 26-5, 24-6, धम्मसेवक कार्यशाळा: 22 ते 23-5,

● दीर्घ शिविर: 20-दिवसीय: 30-6 ते 21-7, 30-दिवसीय: 30-6 ते 31-7,

धम्मनागाञ्जून : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: VIMC, हिल कॉलनी, नागार्जुन सागर, जि. नागालोंडा आंध्र प्रदेश, पिन-508202. नोंदणी: 9440139329, (8680) 277944, मोबा: 093484-56780, (केवळ 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत) Email: info@nagarjuna.dhamma.org, एक-दिवसीय: प्रत्येक पौर्णिमा,

धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केवला डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुर, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गेडाड, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेद्र ह्युमन, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फॅक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन; www.pala.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 7 ते 18-4, 5 ते 16-5, 19 ते 30-5, 2 ते 13-6, 14 ते 25-7, 28-7 ते 8-8, 25-8 ते 5-9, 20 ते 31-10, 6 ते 17-11, 1 ते 12-12, ● सतिपट्टान: 11 ते 19-8, 20 ते 28-11, 3-दिवसीय: 16 ते 19-6, ● दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 21-4 ते 2-5, 20-दिवसीय: 20-6 ते 11-7, 30-दिवसीय: 11-9 ते 12-10, 45-दिवसीय: 17-12 ते 1-2,

धम्मरत : रत्नलाम (म.प्र.)

धम्मरत विपश्यना केंद्र, (रत्नलामपासून 15 कि.मी.) साई मंदिरामागे, गाव - धामनोद ता. सैलाना, जि. रत्नलाम-457001, फॅक्स: 07412-403882, Email: dhammarata@gmail.com संपर्क: 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अडवाणी, मोबा. 9826700116, दहा-दिवसीय: 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, ● सतिपट्टान: 18 ते 26-12, 3-दिवसीय: 13 ते 16-10, 26 ते 29-12, 2-दिवसीय: 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, रत्नलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

‘विपश्यना 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: 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,

धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, धनोद, व्हाया-अंजौरा, जिल्हा-दुर्ग, छत्तीसगढ-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in दहा-दिवसीय: 18 ते 29-4, 13 ते 24-6, 4 ते 15-7, 18 ते 29-7, 1 ते 12-8, 22-8 ते 2-9, 5 ते 16-9, 19 ते 30-9, 3 ते 14-10, 17 ते 28-10, 6 ते 17-11, 21-11 ते 2-12, 6 ते 17-12, 20 ते 31-12, किशोरियां का शिविर: 30-5 ते 7-6, 1-दिवसीय: 26-5, 27-6, 15-8, 31-10, 20-11, ● बाळ-शिविर: 2-5, 2-10, 19-11, 18-12, धम्मसेवक

कार्यशाळा: 5-12, संपर्क: 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706,

धम्मगढ : बिलासपूर (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, बिलासपूर शहरपासून 23 कि.मी. आणि कारगी रोड रेल्वे स्टेशन पासून 8 कि.मी. भरारी, व्हाया मोहनभाटा, ता. तखतपुर, जिल्हा-बिलासपूर. Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 8 ते 19-4, 17 ते 28-6, 8 ते 19-7, 8 ते 19-8, 1 ते 12-10, 2 ते 13-12, 17 ते 28-12, सतिपट्टन: 13 ते 21-11, 1-दिवसीय: 4-4, 24-10, 7-11, किशोरंचे शिबिर: 5 ते 13-6, बाळ-शिबिर: 25-4, 2-5, 17-10, 28-11, ● दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 5 ते 26-9, संपर्क: 1) श्री डी. एन. द्विवेदी, मोबा. 9806703919, 2) श्री एस मेश्राम, मोबा. 98269-60230,

धम्मउत्कल : खरियार रोड (उडीसा)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चानबेरा पो. अमसेना, (व्हाया) खरियार रोड जिल्हा: नुआपाडा, उडीसा-766106, संपर्क: 1) श्री. हरिलाल साहू, मोबा. 09407699375, Email: harilal.sahu@gmail.com 2) श्री. प्रफुल्लदास, मोबा. 7077704724, दहा-दिवसीय: 21-4 ते 2-5, 5 ते 16-5, 23-6 ते 4-7, 21-7 ते 1-8, 23-8 ते 3-9, 8 ते 19-9, 3 ते 14-10, 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, 16 ते 26-12, ● दीर्घ शिबिर: 30-दिवसीय: 1 ते 31-10,

धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, बारो मंदिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दहा-दिवसीय: 14 ते 25-4, 28-4 ते 9-5, 12 ते 23-5, 2 ते 13-6, 16 ते 27-6, 30-6 ते 11-7, 14 ते 25-7, 28-7 ते 8-8, 25-8 ते 5-9, 8 ते 19-9, 22-9 ते 3-10, 6 ते 17-10, 20 ते 31-10, 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1, सतिपट्टन: 14 ते 22-8, 3-दिवसीय: 26 ते 29-5, 1-दिवसीय: 11-4, 23-5, 13-6, 25-7, 8-8, 5-9, 3-10, 14-11, 12-12, # बाळ-शिबिर: 25-4, 9-5, 27-6, 11-7, 22-8, 19-9, 31-10, 28-11, 26-12, संपर्क: कार्यालय: टोबॅको हाऊस, 5 वा माळा रुम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉर्नर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,

00000000000000000000000000000000

नवे उत्तरदायित्व

वरिष्ठ सहायक आचार्य

1. श्री आनंदा हिवरकर, जळगाव
2. श्री हिरामण राजपूत, धुळे, धम्मसरोवर केंद्राच्या केंद्रीय-आचार्यांच्या सहायक रूपाने सेवा

नव नियुक्ती

सहायक आचार्य

1. श्रीमती मनु बाजपेयी, बोधगया
2. सौ. नीता गोसर, धुळे

3. डॉ. (श्रीमती) संध्या शेटी, मुंबई
4. श्रीमती जयश्री पटेल, अहमदाबाद

बालशिविर शिक्षक

1. श्री सचिन रंगा, रोहतक, हरियाणा
2. श्री सन्नी रंगा, रोहतक, हरियाणा
3. श्रीमती रंजना कुलश्रेष्ठ, नई दिल्ली
4. श्री राजीव गुप्ता, दिल्ली
5. श्रीमती सपना वर्मा, फरीदाबाद, हरियाणा
6. Mr. Peter Huang, Chiayi, Taiwan

मोबाईल ॲप मध्ये नवीन सुधारणा

विपश्यना विशोधन विन्यासाने आपल्या मोबाईल ॲपमध्ये एक नवीन सुधारणा केली आहे, ज्यामुळे आपण भविष्यातील शिबिरांमध्ये भाग घेण्यासाठी सरळ ॲप द्वारेच आवेदन करू शकता. जसे -

दहा दिवसीय शिबिर,
लहान मुलांचे शिबिर,

दहा दिवसीय एक्झिक्यूटिव्ह शिबिर,
तीन दिवसीय शिबिर इत्यादी

भारतातील सर्व केंद्र, तसेच दक्षिण आफ्रिका, केनिया, इंडोनेशिया, संयुक्त अरब अमिरात इत्यादी देशांत कुठेही. एकदा आपण आवेदन केल्यावर त्याच ॲप मध्ये आपण आपल्याविषयी होणाऱ्या सर्व गतीविधींची माहिती प्राप्त करू शकता.

आपल्या गरजेनुसार आपल्या दैनिक साधनेविषयीचे रेकार्डपण आपण ठेवू शकता. सध्या सुधारणा केवळ ॲंड्रॉइड फोनसाठी उपलब्ध आहेत आणि लवकरच आयओएस (आय फोन) साठी सुद्धा उपलब्ध होतील.

डाऊनलोड करा ऐप लिंक: <http://vridhamma.org/applink.html>

महत्त्वपूर्ण सूचना

GVF ला दान पाठवणाऱ्यांनी कृपया लक्ष द्या की ज्या कारणासाठी पैसे पाठवित आहात त्याचा उल्लेख अवश्य करावा म्हणजे ते दान त्याच कारणासाठी जमा केले जाईल आणि त्याच प्रकारे त्याची रिसीट बनवली जाईल. (धन्यवाद)

पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाशाचे महत्व

पूज्य गुरुजी वेळोवेळी म्हणत असत की एखाद्या धातु-गळ पॅगोड्यावर रात्रभर प्रकाश असण्याचे विशेष महत्व आहे. यामुळे सारे वातावरण दीर्घकाळ धर्म व मैत्री तरंगांनी भारलेले राहाते. यासाठी ग्लोबल पॅगोड्यावर प्रकाश दानासाठी प्रती रात्री रुपये 5000/- निर्धारित केले गेले आहेत. अधिक माहितीसाठी वरील (GVF) च्या पत्त्यावर संपर्क करा- 1.Mr. Derik Pegado, 9921227057. 2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, Email: audits@globalpagoda.org

धम्मालय-2 (आवास-गृह) का निर्माण कार्य

पॅगोडा परिसरात 'एक दिवसीय' महाशिबिरात दुरुन येणाऱ्या साधकांसाठी व धर्मसेवकांसाठी रात्री निवासाच्या मोफत सुविधेसाठी धम्मालय-2 निवास-गृहाचे निर्माण होईल. जे कोणी साधक-साधिका या पुण्यकार्यात भागीदार होऊ इच्छितात, त्यांनी कृपया निम्न पत्त्यावर संपर्क साधावा.

1. Mr. Derik Pegado, 9921227057.
2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156, Email: audits@globalpagoda.org

Bank Details: 'Global Vipassana Foundation' (GVF), Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments, Timber Estate, Malad (W), Mumbai - 400064, Branch - Malad (W). Bank A/c No.-911010032397802; IFSC No.- UTIB0000062; Swift code: AXISINBB062.

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

रविवार: २३ मे, २०२१ बुद्ध पौर्णिमा; २५ जुलै, २०२१ आषाढी पौर्णिमा; २६ सप्टेंबर, शरद पौर्णिमा आणि गोयन्कार्जीची पुण्यतिथी; निमित्ताने पगोडा मध्ये महाशिबिरांचे 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). नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारे ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. बुकिंग-संपर्क: 022-2845 1170, 022-6242 7544- Extn. no. 9, मो. 82918 94644. (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 11 से 5 बजे तक)

Online Regn: <http://oneday.globalpagoda.org/register>



विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ “सेंचुरीज कॉर्पस फंड”

‘ग्लोबल विपश्यना पगोडा’चा दैनंदिन खर्च सांभाळण्यासाठी पूज्य गुरुजींच्या निर्देशानुसार एका ‘सेंचुरीज कॉर्पस फंड’ची व्यवस्था केली गेली आहे. त्यांची ही महत्वाची इच्छा पूर्ण करण्यासाठी ‘ग्लोबल विपश्यना फाउंडेशन’ (GVF) ने हिशोब केला की जर 1,39,000 जणांनी, प्रत्येकाने रु. 9000/- जमा केले, तर १२५ कोटी रुपये जमतील आणि त्याच्या मासिक व्याजातून हा खर्च होऊ लागेल. जर कोणी एकदम एकत्र जमा करू शकत नसेल तर थोडी-थोडी सुद्धा जमा करू शकेल. (काहींनी पैसे जमा केले आहेत आणि विश्वास आहे की लवकरच हे कार्य पूर्ण होईल.)

साधक तसेच असाधक सर्व दात्यांना हजारो वर्षांपर्यंत आपली धर्मदानाची पारमी वाढविण्याची ही एक सुसंधी आहे. अधिक माहितीसाठी तसेच निधी पाठविण्यासाठी संपर्क:- 1. Mr. Derik Pegado, 9921227057. or

2. Sri Bipin Mehta, Mo. 9920052156,

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

Email- audits@globalpagoda.org; Bank Details:

‘Global Vipassana Foundation’ (GVF),

Axis Bank Ltd., Sonimur Apartments,

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

Branch- Malad (W).

Bank A/c No.- 911010032397802;

IFSC No.- UTIB0000062;

Swift code: AXIS-INBB062.

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

विपश्यना विशोधन विन्यास

विपश्यना विशोधन विन्यास(Vipassana Research Institute-VRI) एक अशी संस्था आहे जी साधकांसाठी धर्मासंबंधी प्रेरणादायक पाठ्य सामग्री योग्य किमतीत उपलब्ध करते. येथील सगळे साहित्य कमीत कमी किमतीत उपलब्ध आहे ज्यामुळे अधिकाधिक साधक याचा व्यावहारिक लाभ घेऊ शकतील. विपश्यना साधनेसंबंधी अमूल्य साहित्याचा हिंदी, इंग्रजी तसेच अन्य भाषांमध्ये अनुवाद तसेच संशोधन करावयाचे आहे. यासाठी विद्वानांची आवश्यकता आहे. शोधकार्य मुंबईतील या ठिकाणी होईल- ‘विपश्यना विशोधन विन्यास’, परियत्ति भवन, विश्व विपश्यना पगोडा परिसर, एस्सेल वर्ल्ड जवळ, गोरार्ई गाव, बोरीवली पश्चिम, मुंबई- 400 091, महाराष्ट्र, भारत. फोन: कार्या. +9122 50427560,

मो. (Whats App) +91 9619234126.

या शिवाय VRI हिंदी, इंग्रजी व मराठी मासिक पत्रिकांच्या माध्यमातून पूज्य गुरुजी द्वारा झालेले पत्र व्यवहार, जुने ज्ञानवर्धक लेख, दोहे, मुलाखती, प्रश्नोत्तर इत्यादी प्रेरणाजनक माहिती प्रकाशित करते, ज्याने साधकांची धर्म पथावर उत्तरोत्तर प्रगती होत रहावी.

या सर्व कार्याला सुरू ठेवण्यासाठी साधकांचा सहयोग अत्यंत आवश्यक आहे. भविष्यात अनेक साधकांच्या लाभासाठी धर्माच्या वाणीचे प्रकाशन अनवरत चालू रहावे, यासाठी सहयोग देण्यास इच्छुक असणाऱ्या साधकांनी खालील पत्त्यावर संपर्क करावा. या संस्थेला दान देणाऱ्यांसाठी सरकारची आयकर अधिनियम 1961 ची धारा 35-(1) (iii) च्या नियमानुसार शंभर टक्के आयकर सूट प्राप्त आहे. साधक याचा लाभ घेऊ शकतात. यासाठी बँकेची माहिती याप्रकारे आहे—

विपश्यना विशोधन विन्यास, एक्सिस बँक लि., मालाड (प.)

खाता क्र. 911010004132846; IFSC Code: UTIB0000062

संपर्क- 1. श्री डेरिक पेगाडो - 022-50427512/ 28451204

2. श्री बिपिन मेहता - 022-50427510/ 9920052156

3. ईमेल - audits@globalpagoda.org

4. वेबसाइट- <https://www.vridhamma.org/donate-online>

दोहे धर्माचे

शुद्ध धर्म पुन्हा जागो, दुःखी राहो न कोय।
शुद्ध धर्म घर-घर वसे, सर्व मंगलच होय॥
पुन्हा जागो रे जगती, शुद्ध धर्माची ज्योत।
मिटो अंधार मोहाचा, मिळो मुक्तीचा स्रोत॥
जीवन पथी च धर्माचा, कसा सुखद प्रसंग।
जनांचे हित सुख साधे, किती च साधक संग॥
शासन सुधरे देशाच, सुधरे रे व्यापार।
खरखरीत च प्रदेशी, येवो रंग बहार॥

दोहे धर्माचे

पडो वर्षा वेळेवरच, दूर होवो दुष्काळ।
शासन व्हावे धर्माचे, जन होवो खुशहाळ॥
शासनात जागो धर्म, उखडे भ्रष्टाचार।
धनिकांतच जागो धर्म, शुद्ध होय व्यापार॥
सकळ जनी जागो धर्म, लोक होवो निष्पाप।
जन-जनांचे दुःख मिटो, मिटो शोक संताप॥
उगवे सूर्य धर्माचा, मिटवी पाप रात्र।
जागो मंगल ध्यान रे, मंगल रे प्रभात॥

“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, फाल्गुन पौर्णिमा, 28 मार्च, 2021

वार्षिक शुल्क रु. 30/-, US \$ 10, आजीवन शुल्क रु. 500/-, US \$ 100. “विपश्यना” MAHMAR/2017/72685. Postal Regi. No. NSK/286/2021-2023

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

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

DATE OF PUBLICATION: 28 MARCH, 2021

If not delivered please return to:-

विपश्यना विशोधन विन्यास

धम्मगिरी, इगतपुरी - 422 403

जिल्हा-नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

फोन : (02553) 244076, 244086,

244144, 244440.

Email: yri_admin@vridhamma.org;

course booking: info@giri.dhamma.org

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