



विपश्यना

साधक मराठी

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

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, आश्विन पौर्णिमा (ऑनलाइन), 20 ऑक्टोबर, 2021, वर्ष 5, अंक 7

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

धम्मवाणी

चरथ, भिक्खवे, चारिकं बहुजनहिताय बहुजनसुखाय
अल्थाय हिताय सुखाय देवमनुस्सानं। देसेथ, भिक्खवे, धम्मं
आदिकल्याणं मज्झेकल्याणं परियोसानकल्याणं सात्थं
सव्यञ्जनं केवलपरिपुण्णं परिसुद्धं ब्रह्मचरियं पकासेथ।

— दी.नि. महावग्गपालि, महापदानसुत्तं -86

भिक्षुनो! चालत रहा. अनेक लोकांच्या भल्यासाठी, अनेक लोकांच्या
सुखासाठी, देव-मनुष्यांच्या कल्याणासाठी, हितासाठी, सुखासाठी विचरण
करीतच रहा! लोकांना धर्माचा सदुपदेश द्या, भिक्षुनो! असा धर्म जो की
आरंभी कल्याणकारी आहे, मध्यामध्ये कल्याणकारी आहे, शेवटी
कल्याणकारी आहे. त्या धर्माचे शब्दांसहित, अर्थांसहित, भावनांसहित,
व्यावहारिक अभिव्यक्तीसहित प्रकटीकरण करा. असा धर्म ज्यामध्ये
केवळमात्र परिपूर्ण परिशुद्धिच परिशुद्धि आहे. अशुद्धिसाठी कुठे काही
स्थानच नाही. अशा परम परिशुद्ध ब्रह्मचरणाचे आपल्या ब्रह्मचरणाद्वारे
प्रकाशन करा, अशा परम परिशुद्ध धर्माचरणाचे आपल्या धर्माचरणाद्वारे
ज्ञापन करा)

उत्तरदायित्व आणि बलप्राप्ति

19 जानेवारीला पूज्य सयाजी ऊ बा खिन यांच्या देह-त्यागानंतर
पूज्य गुरुजींनी ज्या उत्तरदायित्वाचा अनुभव घेतला आणि बलप्राप्ति
साठी खालीलप्रमाणे ज्या स्रोताचे विवरण दिले ते या दोन्ही पत्रांमध्ये
स्पष्ट निर्देशित होत आहे. त्याचबरोबर त्यांना आपल्या पारिवारिक
उत्तरदायित्वाची देखील जाणीव आहे. म्हणूनच जेव्हा केव्हा वेळ
मिळतो किंवा एखाद्या शिबिराहून घरी परतल्यानंतर परिवारातील
सर्व सदस्यांना एकत्र करून त्यांना पारिवारिक समाचार विस्ताराने
विचारीत आणि आपल्या अनुभवाच्या आधारावर अडचणींच्या
निराकरणाचा उपायदेखील सांगत. हे त्यांचे व्यावहारिक कौशल्य
आणि जबाबदाऱ्या निभावण्याचे अद्भुत उदाहरण आहे.

— (संपादक)

... परंतु मनाच्या सर्व इच्छा
कुठे पूर्ण होतात. माझ्या
डोक्यावर इतक्या
लवकर हा भार
पडायचा होता
म्हणूनच निरभ्र
आकाशातून
वज्रपातासारखी
ही अनपेक्षित
घटना
घडली.



ठिकाण: बोधगया
21 जानेवारी 1971

प्रिय शंकर, राधे,
सप्रेम आशी: !

पूज्य गुरुदेव सयाजी ऊ बा खिन यांच्या देह-त्यागानंतर माझ्या
खांद्यावर खूप मोठे दायित्व येऊन पडले आहे. मला असे वाटत होते
की पूज्य गुरुदेव जीवनाचे 80 वसंत तर पाहतीलच आणि या पुढील
10 वर्षांमध्ये मी त्यांच्या छत्रछायेमध्ये धर्म सेवा करत करत आपल्या,

पारिवारिक आणि व्यापारिक जबाबदाऱ्याही चांगल्या प्रकारे निभावत राहून आणि त्यानंतर आपले संपूर्ण जीवन शुद्ध धर्माचरण आणि धर्म सेवेमध्येच समर्पित करेन. परंतु मनाच्या सर्व इच्छा कुठे पूर्ण होतात. माझ्या डोक्यावर इतक्या लवकर हा भार पडायचा होता म्हणूनच निरभ्र आकाशातून वज्रपातासारखी ही अनपेक्षित घटना घडली.

जिथपर्यंत पूज्य गुरुदेवांच्या धर्म-बळाद्वारे आपल्या धर्म चारिकेमध्ये सहायता प्राप्त करीत राहण्याचा प्रश्न आहे, तिथपर्यंत तर मला कुठे काही कमी जाणवत नाही, ती तर निरंतर मिळतच राहिल. परंतु आत्तापर्यंत जे कार्य पित्याच्या उपस्थितीत मुलाप्रमाणे हसत-खेळत करत होतो, ते आता अधिक गंभीरतेने करावे लागेल. आत्तापर्यंत जे साधक येत होते त्यांच्या प्रति मनात हाच भाव होता की थोडे-फार जे माझ्याकडून शिकतील, ते शिकतील. बाकी चांगली प्रगति करण्यासाठी रंगूनला जातील अथवा पूज्य गुरुदेव कधी ना कधी भारतात येतीलच, तेव्हा या सर्वांची सहायता करतील. जितके विदेशी साधक माझ्या संपर्कात आले, त्यातील अधिकांश साधक ही आशा ठेवून बसले होते की माझ्या जवळ 4-5 शिबिरांचा अभ्यास करून स्वदेशी परतण्याआधी पूज्य गुरुजींच्या चरणांमध्ये 7 दिवस (त्यावेळी व्हिसा फक्त 7 दिवसांचा मिळत होता) बसून साधनेच्या तलस्पर्शी खोलीला मापू शकतील. मी त्यांना वारंवार अशी मनोकामना जागृत करण्यासाठी प्रोत्साहनच देत राहिलो. या सर्व आशांवर देखील पाणी पडले. आता मी कोणाला म्हणू की मी इतके शिकवले, आता या पुढचे माझ्या गुरुजवळ जाऊन शिका.

आता मला आपल्याच डोक्यावर खूप-साऱ्या जबाबदाऱ्या घ्याव्या लागतील आणि त्यासाठी हे आवश्यक आहे की मी आपले धर्मबळ प्रखर करावे. जास्तीत जास्त वेळ आपली धर्म शक्ति वाढविण्यासाठी

लावावा, जेणेकरून जास्तीत जास्त मात्रेमध्ये दुःखी मानवांची सेवा करू शकेन. याचा अर्थ असा नाही की मी परिवार आणि व्यापाराच्या जबाबदाऱ्यांपासून संन्यास घेत आहे. नाही ! मी त्यामध्येही यथासंभव आणि यथाशक्ति आपल्या शक्तिचा प्रयोग करतच राहीन. परंतु आता त्यामध्ये अधिक गुंतून न राहता धर्मचर्येलाच जीवनाचे प्रमुख क्षेत्र बनवावे हेच उचित आहे.

याच आशेवर आणि विश्वासाच्या बळावर, मे 27 तारखेला आपला हा 92 व्यक्तींचा विशाल धर्म यज्ञ पूर्ण करून आपल्या पूर्व कृत संकल्पानुसार याचे फळ प्रिय पुत्र सीताराम (सर्वात मोठे बंधू श्री बालकृष्ण गोयंका यांचे चौथे पुत्र) आणि नववधू ऋताच्या सुख-शांति आणि धर्म समृद्धिसाठी अर्पित करून 28 तारखेपासून बोधगयेच्या या पावन बोधि-मंडपातच 10 दिवसांच्या स्वयं साधनेसाठी बसेन, जी रविवार 7 फेब्रुवारीला पूर्ण होईल आणि आत्ता-आत्ताच डायरी पाहिली तर माहित झाले की त्याच दिवशी माघ शुक्ल द्वादशीची तिथि आहे, जी आईला विचारून बघ, शक्यतो माझी जन्मतिथि आहे. त्या दिवशी जीवनाची 47 वर्ष पूर्ण करून मी 48 व्या वर्षात प्रवेश करीन तर एक महान धर्म संकल्प घेऊनच करीन, यापेक्षा अधिक चांगला जन्मदिवस अजून कसा साजरा केला जाऊ शकेल. मला विश्वास आहे की या प्रसंगी परिवारातील छोट्या-मोठ्या प्रत्येक सदस्याची मंगल कामना मला प्राप्त होईल आणि मी आपले उर्वरित जीवन गुरु-ऋणातून मुक्त होण्यासाठी सफलतापूर्वक व्यतीत करू शकेन. आणि त्याबरोबर यथासंभव, यथाशक्ति परिवाराची आणि व्यापाराची देखील सेवा करत राहू शकेन.

7 फेब्रुवारीच्याच दिवशी गया प्रदेशात आयोजित केलेल्या सलग पाच धर्म-दान यज्ञानंतर स्वयं आपल्या बोधि-संवर्धन यज्ञाचे

अधिकांश साधक ही आशा ठेवून बसले होते की माझ्या जवळ 4-5 शिबिरांचा अभ्यास करून स्वदेशी परतण्याआधी पूज्य गुरुजींच्या चरणांमध्ये 7 दिवस बसून साधनेच्या तलस्पर्शी खोलीला मापू शकतील.

समावर्तन करत असताना मी पूज्य गुरुदेवांच्या पावन स्मृतिमध्ये भिक्षूसाठी एका मोठ्या दानाचे आयोजन करू इच्छितो. साधारणपणे 6 महिन्यापूर्वी येथील बर्मी भिक्षूंची दयनीय अवस्था पाहून मी एकदा करुण विह्वल झालो होतो आणि मनामध्ये हा धर्म संकल्प केला होता की जर शक्य झाले तर भारतात राहणाऱ्या 25 बर्मी भिक्षूंना एक-एक जोडी चीवर, एक जोडी बर्मी चप्पल आणि एक-एक छत्री अवश्य दान करीन. जेणेकरून ना तर केवळ त्यांच्या अभावाची यत्किंचित पूर्ति होऊ शकेल उलट मागील 8-10 वर्षांपासून त्यांना कोणा यात्री द्वारा ब्रह्मदेशाच्या भिक्षू परिभोगीय वस्तु प्राप्त होऊ शकल्या नाहीत, त्या त्यांना प्रदान करून त्यांच्या मनात हास्य निर्माण करण्याचा सुख लाभ प्राप्त करू शकेन.

ज्या देशात मी जन्म घेतला आणि ज्या देशात आम्ही असे अनमोल धर्म रत्न प्राप्त केले, त्या देशाचे भिक्षू जरी ते शीलवान असोत की नसोत, आमच्या प्रेमाचे, स्नेहाचे आणि कृतज्ञतापूर्ण भावनांचे अधिकारी तर आहेतच. बाबू भैयांना माझ्या मनाचे हे भाव खूप प्रिय वाटले, त्यांच्याही हृदयाच्या तारा झणकारून उठल्या आणि भाव विभोर होऊन त्यांनी परम पूज्य गुरुदेवांच्या नावाने 25 जोडी चीवर, छत्या आणि बर्मी चप्पल इत्यादींचे दान केले आणि अद्भुत आश्चर्याची गोष्ट ही की स्थानीय बर्मी राजदूत इतक्या साऱ्या सामानाची इतकी मोठी पेटी रंगूनहून इथे घेऊन आला. बाबू भैयांचा हा आदेश होता की या सर्व वस्तु आमच्या नावाने नाही तर पूज्य गुरुदेवांच्या नावाने या बर्मी भिक्षूंना दिल्या पाहिजेत आणि अजून चांगले होईल जर बर्मी राजदूत स्वतः या वस्तु आपल्या हातांनी वाटेल. राजदूताने आमची ही गोष्ट स्वीकारली देखील, परंतु कधी त्याच्या व्यस्ततेमुळे तर कधी माझ्याद्वारे त्याच्या अनुकूल वेळेवर

इकडे न येण्याच्या कारणामुळे हे काम थांबूनच राहिले. यामुळे ती पेटी आत्तापर्यंत बनारसच्या बर्मी संघाराममध्येच पडली आहे आणि आता तर त्या राजदूताची बदलीही झाली आहे. त्याच्या जागी नवीन कोणी आले आहे आणि एकीकडे पूज्य गुरुदेवांचेही देहावसान झाले आहे.

तेव्हा मी हा निर्णय घेतला की 7 फेब्रुवारीलाच त्यांचा पुण्यदिवस मानून त्यांच्या पावन स्मृति मध्ये एका महान संघदान यज्ञाचे संपादन करू, ज्यामध्ये बर्मी भिक्षूव्यतिरीक्त अन्य प्रसिद्ध भारतीय तसेच सिलोनी भिक्षूनाही आमंत्रित करून या यज्ञाला पूज्य गुरुदेवांच्या यश गौरवानुकूल बनवू. मी मागील दिवसात मुंबई मध्ये भारतीय भिक्षूना दान देण्यासाठी चीवरचे कापड खरेदी केले होते, त्याचा एक तागा कदाचित तुम्हालाही पाठवला होता. चीवरच्या शिलाईची काही व्यवस्था इतक्या लवकर होऊ शकणे कठीण आहे. तेव्हा जर नाही शिवले तर मला वाटते की तो सर्व तागा मला रेल्वे पार्सलद्वारा ग्याला पाठवून द्यावा म्हणजे न शिवलेले चीवरचे कापडच या भिक्षूना दान देऊ शकेन.

तुम्ही दोघांनी मला बोधगयाच्या धर्म यज्ञांसाठी दोन-दोन हजारांचे दान पाठवले होते तेव्हा मला वाटत होते की इतके रुपये इथे दानामध्ये नाही लावू शकणार, परंतु आता पूज्य गुरुदेवांच्या या पुण्यदिवस यज्ञामध्ये हे सर्व खर्च होऊन जातील आणि जर कमी पडले तर मोठ्या भावाला लिहून मागवून घेईन.

भवतु सब्ब मङ्गलं !

साशिष,
सत्य नारायण गोयन्का



ठिकाण: बोधगया,
28 जानेवारी 1971

बाबू भैया,

सादर प्रणाम !

काल संध्याकाळी शिबिर समापनावेळी शिबिराच्या पुण्य दानाच्या आनंदात माता सयामा सहित तुम्हाला आणि समग्र परिवाराला तसेच आश्रमवासियांना आणि सर्व साधक-साधिकांना पुण्य वितरण करताना मन प्रसन्न झाले.

हे शिबिर अनेक दृष्टिकोनातून महत्त्वपूर्ण राहिले. पूज्य गुरुदेवांनी शरीर त्यागताना माझ्यावर फक्त खूप मोठी जबाबदारीच सोपवली नाही तर त्या जबाबदारीला पूर्ण करण्यासाठी तितकेच मोठे धर्म-बळही उपलब्ध करून दिले. मला एक महिन्याआधी त्यांच्याकडून प्राप्त झालेले आशीर्वाद-पत्र आठवू लागले, त्यामध्ये त्यांनी किती स्पष्ट शब्दात लिहिले आहे की निर्वाण-धातुच्या रूपात माझे धर्म-बळ आश्रमाच्या केंद्रस्थानी स्थापित आहे, आणि मी त्याचा त्याचप्रकारे उपभोग घेऊ शकतो, ज्याप्रकारे कोणी व्यक्ति बँकेत जमा असलेल्या आपल्या धनाचा उपयोग करत असतो. आता मला स्पष्ट लक्षात येत आहे की, त्या शब्दांत त्यांनी आम्हाला आपले उत्तराधिकारी बनवले. आता आवश्यक आहे की आम्ही याच्या योग्य बनू, जेणेकरून त्या अपरिमित धर्म-कोषाचा उपयोग, उपभोग करू शकू.

पूज्य गुरुदेवांचे देहावसान झाल्यामुळे आता खूप लोक जे रंगूनला जाणार होते, ते नाही जाऊ शकणार. परंतु तरीही कोणी एखाद-दुसरा आला तर त्याच्याविषयी तार प्राप्त होताच तुम्हाला कोणाला तरी विमानतळावर पाठवून त्याला आश्रमापर्यंत घेऊन जाण्याची व्यवस्था केली पाहिजे. या पावन आश्रमात जितकाही वेळ कोणी आपले अकुशल संस्कार धुवू शकेल, तितके आमचेही पुण्य आहे. म्हणूनच अशा साधकांच्या हर प्रकारच्या सुख-सुविधांकडे आम्ही लक्ष

दिले पाहिजे. प्रवासामध्ये सुविधेसाठी हे लोक इथून अंथरूण-पांघरूण इत्यादि नाही आणु शकले तर तिकडे आपल्या घरून पाठविले पाहिजे. त्यांच्या जेवणाचा खर्च वगैरे आपल्याकडूनच दिला गेला पाहिजे. बनवारीला (पूज्य गुरुजींचा मुलगा) बरोबर घेऊन एखाद्या दिवशी त्यांना रंगून शहरामधील काही आवश्यक दर्शनीय स्थान पाहण्यासाठी पाठवले पाहिजे. जर कोणी भारतात येत असेल तर त्याच्याबरोबर शक्य असेल तर आपल्या पुस्तकागारामधून माझ्यासाठी धर्माशी संबंधित काही पुस्तके पाठवून द्यावीत. जर शक्य नसेल तर विनाकारण कष्ट घेऊ नयेत.

तुमचा अनुज,
सत्य नारायण गोयन्का

पुनश्च:- एक आणखी अद्भुत आकस्मिक गोष्ट ही लक्षात आली की 47 वर्षांच्या अवस्थेमध्ये पूज्य गुरुदेवांना गुरुमह सयातैजींकडून उत्तराधिकार प्राप्त झाला होता आणि आता का याच वयात माझ्याही डोक्यावर हे उत्तराधिकाराचे दायित्व येऊन पडले?

तुमचा अनुज,
सत्य नारायण गोयन्का

00000000000000000000

बाबू भैयांनी 12 फेब्रुवारी, 1971 ला गुरुजींना लिहिले:-

तुझे 28 जानेवारीचे पत्र माता सयामा यांना वाचून दाखवले, माता सयामा साधू, साधू, साधू म्हणाल्या.

... जेव्हापासून तू भारतात गेलास आणि तेथे सफलतापूर्वक शिबिर लावू लागलास तेव्हापासून नेहमीच सयाजी सर्वासमोर तुझ्या सफलतेबाबत बोलून आनंदी होऊन जात.

00000000000000000000

सयाजी ऊ बा खिन द्वारा पूज्य गुरुजींना लिहिलेले पत्र
आंतरराष्ट्रीय साधना केंद्र

31-ए, इन्व्याम्याइंग रोड,
युनिव्हर्सिटी पोस्ट ऑफिस, रंगून (म्यंमा)

अध्यक्ष,

श्रे सिदु ऊ बा खिन

दि. 11 ऑक्टोबर, 1969

माझ्या प्रिय गोयंका,

मी आर. जी. एच (रंगून जनरल दवाखाना) मधून मागच्या महिन्यात 30-9-69 ला केंद्रावर परत आलो आणि माझ्या स्वास्थ्यामध्ये सुधारणा होत आहे. तू भारतात बुद्ध शासनाला पुढे वाढवण्यात खूप चांगले आणि खूपच महत्वपूर्ण कार्य करीत आहेस. तू सदैव आमच्या संरक्षण क्षेत्रात आहेस. भारतात या महान कार्यासाठी तू आमचे प्रतिनिधित्व करीत आहेस त्यामुळे आमचे उत्तरदायित्व आहे की तेथे वास्तविक बुद्ध-धर्म म्हणजेच विपश्यना धर्म-दानात खूप सफलता मिळो, ज्याची तिथे त्यांना खूप आवश्यकता आहे. तुझी सफलता माझी सफलता आहे आणि मी हे सुनिश्चित करतो की माझ्या तसेच या महान कार्यात माझे मार्गदर्शन करणाऱ्या सर्व महान शक्तींकडून तुला निर्वाण धातूचे सुदृढीकरण प्राप्त होवो. तू खूप सफल होवो !

या पवित्र कार्याच्या सफलतेसाठी माझी समस्त मंगल मैत्री,

बा खिन,

11-10-1969

00000000000000000000

विपश्यनेचा माझा अनुभव

नमस्ते, माझे नाव पार्थ कियारा आहे. मी २१ वर्षीय विपश्यी साधक आहे आणि मागील पाच वर्षांपासून विपश्यनेचा अभ्यास करीत आहे. आज मी आपल्याला सांगत आहे की विपश्यना साधनेचा माझ्या जीवनावर काय प्रभाव पडला आणि त्याबरोबरच हेही की माझ्या पहिल्या २०-दिवसीय दीर्घ शिबिराने काय लाभ झाला.

पाच वर्षांपूर्वी, माझ्या वडिलांनी मला विपश्यनेची ओळख करून दिली, जे स्वतः ही एक विपश्यी साधक आहेत. त्या वेळी मी दहावीत होतो आणि आपल्या एकाग्रतेमध्ये सुधारणा करू इच्छित होतो म्हणून किशोरांच्या शिबिरामध्ये गेलो ज्याचा एकमात्र उद्देश्य माझी एकाग्रता वाढविणे आणि ध्यान केंद्रित करणे होते. पण सात दिवसांचे हे शिबिर पूर्ण केल्यानंतर मला वाटले की ही साधना केवळ एकाग्रता वाढविण्यासाठीच नाही तर ही आपल्याला आपल्या मानसिक विकारांना दूर करून एक चांगली व्यक्ती बनविण्याची कला शिकवते.

त्यानंतर मी 10-दिवसांच्या शिबिरांमध्ये बसलो आणि एका शिबिरात सेवाही दिली. मला असे वाटू लागले की याचा माझ्या स्वभावावर खूप मोठा प्रभाव पडला आहे आणि याने मला एका सकारात्मक व्यक्तीमध्ये बदलले आहे. जर आज मी माझी तुलना आधीच्या व्यक्तित्वाशी केली जेव्हा माझे वय १६ वर्षे होते तेव्हा मी म्हणून की माझ्यामध्ये खूप मोठे परिवर्तन आले आहे. कारण तेव्हा मी खूप जास्त चिंतेत रहात होतो. लोकांविषयी माझा दृष्टिकोन खूप जास्त नकारात्मक असायचा. मला लोकांमध्ये वाईट गोष्टीच दिसायच्या, त्यांच्यातील चांगल्या गुणांना पाहू शकत नव्हतो. या कारणामुळे केवळ मीच दुःखी नाही राहायचो तर आपल्या आजूबाजूच्या लोकांनाही दुःखी करत होतो. पण आता मला असे वाटते की मी लोकांप्रति अधिक सकारात्मक झालो आहे, आधीच्या तुलनेत कमी निंदा करू लागलो आहे. विपश्यनेने मला माझे

करियर तसेच जीवनामध्ये अधिक स्पष्टता आणण्यासाठी खूप मोठी मदत केली आहे. माझ्या निर्णय घेण्याच्या क्षमतेमध्ये खूप सुधारणा झाली आहे. जेव्हा कधी मला आपल्या करियरसंबंधी अथवा काही अन्य काम करते वेळी काही महत्त्वपूर्ण निर्णय घ्यावे लागतात तेव्हा विपश्यनेमुळे खूप मदत मिळते. मी आपल्या दैनिक जीवनात कोणतेही काम करताना अधिक जागरूक राहतो. आधीच्या तुलनेने स्वभावाने खूप शांत आणि सुखी झालो आहे.

आता मी आपल्याला माझ्या पहिल्या २०-दिवसीय विपश्यना शिबिराचा अनुभव सांगू इच्छितो जे मी तीन महिन्यापूर्वी जून २०२१ मध्ये पूर्ण केले. दीर्घ शिबिरामध्ये साधना तर तीच असते ज्याचा आपण १०-दिवसीय शिबिरामध्ये अभ्यास करतो. फरक केवळ इतकाच आहे की आपल्याला विपश्यना साधना करण्यासाठी अधिक निरंतरता मिळते. ज्यामुळे आपल्या मनातील खूप खोल स्तरावर असलेल्या विकारांना दूर करण्यासाठी मदत मिळते.

त्या वीस दिवसांमध्ये मला खूप अडचणींचा सामना करावा लागला. मला आठवते असाही एक क्षण आला जेव्हा वाटले की मी हे पूर्ण करू शकणार नाही आणि मला आता घरी परत गेले पाहिजे. परंतु तिथल्या सहायक आचार्यांनी माझे मनोबल वाढवले आणि संध्याकाळच्या प्रवचनांमुळे मला खूप प्रेरणा मिळाली. जितकी-जितकी अधिक साधना करित गेलो, तितके-तितके अधिक संस्कार (मानसिक विकार) दूर होत गेले आणि मला खूप शांतता जाणवू लागली. यामुळे मला मनापासून विपश्यनेप्रति विश्वास वाढू लागला.

शेवटी हेच सांगेन की सर्व तरुणांनी 10-दिवसीय तसेच 20-दिवसीय विपश्यना शिबिरांमध्ये जरूर भाग घ्यायला पाहिजे. कारण की आज

आपण इंस्टाग्राम, फेसबुक, स्लैपचैट इत्यादींनी भरलेल्या जगात रहात आहोत ज्यामध्ये शांती मिळणे खूप कठीण आहे. विपश्यनेचा अभ्यास आपल्याला अंतर्मुखी होऊन आपल्या आतमध्ये शांती प्राप्त करण्यासाठी मदत करतो. तेव्हा सर्वांनी याचा लाभ घ्यावा !

सर्वांचे मंगल होवो !

00000000000000000000

जॉर्जिया मध्ये धर्माचे आगमन

पहिले 10 दिवसीय विपश्यना शिबिर 2 ते 13 सप्टेंबर 2021 पर्यंत कोजोरी, जॉर्जिया (पूर्वी युरोप) मध्ये आयोजित केले गेले. या शिबिरामध्ये 50 साधक-साधिका तसेच 8 धर्मसेवक-सेविकांनी भाग घेतला. या शिबिरामध्ये लोकांनी खूप रुची दाखवली आणि काहींनी तर घरी पोहोचल्यानंतर पत्र लिहिले की पुढील शिबिर केव्हा आयोजित केले जाईल. अशाप्रकारे योजना बनवली की पुढील शिबिर वसंत ऋतु म्हणजे मार्च/एप्रिल २०२२ मध्ये आणि त्यानंतर दर सहा महिन्यातून एकदा एक शिबिर अवश्य होईल. धन्य आहे धर्माप्रती लोकांची आस्था आणि याला आत्मसात करण्याची इच्छा !

00000000000000000000

नवीन विपश्यना केंद्र

1. धम्म वट, विपश्यना केंद्र बडोदा

बडोद्यापासून थोड्या अंतरावर सावली तालुक्यात तुडांव गावात साडे तेरा एकर जमीन विकत घेतली आहे येथे लवकरच धम्म वट विपश्यना केंद्राचे निर्माण कार्य आरंभ होईल. येथे पोहोचण्यासाठी बडोदा अहमदाबाद दूत मार्गावर दुमाड चौकात बाहेर निघू शकता. 'धम्मवट' नमीसरा गावाच्या मिनी नदीच्या सुंदर अशा तटावर स्थित आहे, जे बडोदा, आणंद व आजूबाजूच्या लोकांना धर्मलाभ प्राप्त करण्यासाठी उपयोगी सिद्ध होईल.

तीन करोडच्या प्रारंभिक योजनेनुसार जवळजवळ 150 पुरुष तसेच महिला साधकांसाठी अनुकूल सर्व सुविधा उपलब्ध केल्या जातील. तोपर्यंत रिकाम्या जमिनीवर तंबू वगैरे लावून सामूहिक साधना आणि लघु शिबिरांचे आयोजन होत राहिल. ज्या कोण्या साधक-साधिकांना या महान धर्म यज्ञात भागीदार होऊन पुण्यार्जन करायचे असेल त्यांच्यासाठी सुवर्ण संधी उपलब्ध आहे. केंद्राचा मार्ग निर्देशक नकाशा या लिंक वर उपलब्ध आहे-- <https://goo.gl/maps/HBT3aLo9DZ576LyK9>

दान करणाऱ्यांसाठी बँकेचे विवरण याप्रकारे आहे:- 'वडोदरा विपश्यना समिती', बँक: बचतखाते क्रमांक- 921010009942450, IFSC code: UTIB0000013, ऐक्सिस बँक लि. (AXIS BANK LTD), वर्धमान कॉम्प्लेक्स, रेसकोर्स सर्कल, वडोदरा-390007. (समितीला 80- जी आयकर सूट ची सुविधा प्राप्त आहे) आपला पॅन नंबर आणि पूर्ण पत्ता या ईमेलवर पाठवा जेणेकरून रिसीट पाठवू शकू.

ई-मेल: vvs.dhammavata@gmail.com; WhatsApp संपर्क नं.: 9898503753 आणि 989859934

00000000000000000000000000000000

अति महत्वपूर्ण सूचना

1. सेंट्रल आईवीआर (इंटरैक्टिव्ह वॉयस रिसपॉन्स) संभाषण नंबर

- 022-40404049

अर्जदार या नंबरवर आपल्या नोंदवलेल्या मोबाईल नंबर (फॉर्म मधील उल्लेखित नंबर) ने आपली शिबिर नोंदणीची स्थिति तपासण्यासाठी, रद्द करण्यासाठी, स्थानांतरीत करण्यासाठी अथवा कुठल्याही सेंटरवर नोंदणी केलेल्या आपल्या अर्जाची पुष्टी करण्यासाठी कॉल करू शकतात. ते या सिस्टीमद्वारे केंद्राशी सुद्धा संपर्क करू शकतात. हा भारताच्या सगळ्या विपश्यना केंद्रांसाठी एक केंद्रीय संपर्क नंबर आहे.

2. जर अकेंद्रीय (नॉन-सेंटर) भावी शिबिरांचे कार्यक्रम पत्रिकेत प्रकाशन करण्यासाठी पाठवू इच्छिता, तर कृपया त्यांनी आपल्या समन्वयक क्षेत्रिय आचार्य (सीएटी) यांच्या सहमती पत्राबरोबर पाठवावे, जेव्हा की स्थापित केंद्राचे कार्यक्रम केंद्रीय आचार्य (सीटी) यांच्या सहमती पत्राबरोबर आले पाहिजेत. याशिवाय आम्ही कोणतेही कार्यक्रम पत्रिकेत प्रकाशित करू शकत नाही.

3. जर कोण्या नवीन व्यक्तीला केंद्र आचार्य (CT) बनवले जाते तेव्हा त्यांच्याबरोबर त्यांचे हस्ताक्षरित स्वीकार पत्र (CTAL) अवश्य आले पाहिजे जे की एटी-किट 2012-16 (सहाय्यक आचार्यांची अनुशासन संहिता) च्या शेवटी छापले आहे. त्यानंतरच त्यांचे नाव पत्रिकेत आणि आचार्यांच्या विवरण पुस्तिकेत छापले जाईल.

00000000000000000000000000000000

आता साधक शिबिराचे आवेदन करण्यासाठी खालील नवीन

वेबसाइटचा उपयोग करू शकतात:-

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

00000000000000000000000000000000

ऑनलाइन भावी शिबिर कार्यक्रम व आवेदन

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

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

कृपया अन्य केंद्रांच्या कार्यक्रमानुसार सुद्धा याच प्रकारे आवेदन करा.

अन्य केंद्रांच्या कार्यक्रमांचे विवरण कृपया खालील लिंक वर पहा-

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

00000000000000000000000000000000

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 —

- 1- कृपया नियमावली मागवून वाचावी आणि संबंधित व्यवस्थापकाकडे आवेदन पत्र पाठवून तेथून स्वीकृति-पत्र मागवावे.
- 2- एक दिवसीय, लघु / स्वयं शिबिर: केवळ जुन्या साधकांसाठी, ज्यांनी दहा दिवसांचे विपश्यना शिबिर पूर्ण केले असेल.
- 3- 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.)
- 4- किशोरांचे शिबिर: (15 वर्ष पूर्ण ते 19 वर्ष पूर्ण) (कृपया किशोरांच्या शिबिरांसाठी बनविलेल्या नव्या आवेदन पत्राचा वापर करावा.)
- 5- दीर्घ शिबिर - 20 दिवसीय शिबिर: पाच दहा दिवसीय शिबिर, एक सतिपट्टन शिबिर केलेल्या आणि एक दहा-दिवसीय शिबिरात सेवा दिलेल्या साधकांसाठी, जे मागील दोन वर्षांपासून रोज साधना करतात व विधिप्रती एकनिष्ठ व पूर्णसमर्पित आहेत.
- 6- 30 दिवसीय शिबिर: ज्यांनी 20 दिवसीय शिबिर केले असेल व एका शिबिरात धर्मसेवा दिली असेल. (दीर्घ शिबिरांमध्ये 6 महिन्यांचे अंतर आवश्यक आहे.) (जेथे 30 व 45 दिवसांचे सोबत होतील, तेथे आनापान 10 दिवसांचे आणि जेथे केवळ 45 दिवसांचे तेथे 15 दिवसांचे होतील)
- 7- 45 दिवसीय शिबिर: ज्यांनी दोन 30 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील व धम्मसेवा देत असतील. 60 दिवसीय शिबिर: केवळ सहाय्यक आचार्यांसाठी ज्यांनी दोन 45 दिवसीय शिबिर पूर्ण केले असतील.
- 8- विशेष 10-दिवसीय शिबिर: पाच दहा सामान्य शिबिर, एक सतिपट्टन शिबिर आणि एक दहा-दिवसीय शिबिरात सेवा दिलेल्या साधकांसाठी, जे मागील दोन वर्षांपासून नियमित रोज साधना करत असतील व विधिप्रती एकनिष्ठ व पूर्णपणे समर्पित असतील.

14 दिवसीय कृतज्ञता-शिबिर / स्वयं शिबिर

हे कृतज्ञता-शिबिर “आचार्य स्वयं शिबिर” चेच स्वरूप आहे. शिबिर प्रारूप बिल्कुल तसेच राहिल. पूज्य गुरुजी व माताजी आता राहिले नाहीत, त्यामुळे त्यांच्याप्रति व संपूर्ण परंपरेप्रति कृतज्ञता व्यक्त करून आम्ही त्या सर्वांच्या धर्मतरंगांचा लाभ घेऊ. या दीर्घ शिबिरात अधिकाधिक लोक भगवान बुद्धांच्या याकिरूद्ध- समगानं तपो सुखो। म्हणजे, एकत्र तप

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

1. श्री रमणिकलाल मेहता (समन्वयक क्षेत्र.आ.-मध्य गुजरात) धम्मवट, वडोदरासाठी केंद्र-आचार्यांच्या रूपाने सेवा
2. श्री अमीर खाती, धम्मयान, नेपालच्या केंद्र-आचार्यांची सहायता

नवीन उत्तरदायित्व आचार्य

1. श्री जगदीश शिंदे, धम्मपुष्प विपश्यना केंद्र पुणेसाठी, केंद्र-आचार्यांच्या रूपाने सेवा
2. श्री चंद्रशेखर दात्ये (केंद्र-आचार्य— धम्मसुगन्ध, सांगली)
3. (श्री दिलीप काटे, (केंद्र-आचार्य— सिद्धपुरी, सोलापुर)
4. श्री सचिन नातू (केंद्र-आचार्य— धम्मपदेस, पुणे)
5. श्री मदन मुथा (केंद्र-आचार्य— धम्मपदेस, रत्नागिरी)

वरिष्ठ सहाय्यक आचार्य

1. श्रीमती अनिता पाटील, जळगाव
2. श्री उदयकुमार गावळे, भुसावळ, जळगाव
3. सुश्री राधिका सोनी, अहमदाबाद (गुजरात)

4. Mr Kit-Mun Loke (Malaysia)
5. Ms Geok-Pooi Tan (Malaysia)
6. Ms Kian-Ber Chiam (Singapore)

नव नियुक्ती सहाय्यक आचार्य

- 1-2. श्री सुरेशकुमार वं श्रीमती कुसुम चोखानी, मुंबई
3. श्रीमती ऋतु गिरीश खेतवानी, नवी मुंबई
4. श्रीमती तृषाबेन रा. शाह, मुंबई
5. श्रीमती त्रिवेणी सोनोने, जळगाव
6. श्रीमती मधु हुडा, सोनीपत, हरियाणा
7. श्री राम अवतार शर्मा, गाज़ियाबाद, उ. प्र.
8. श्री (कर्नल) पराग पांडेय, लखनऊ (उ.प्र.)
9. श्री अर्जुन भार्गव, मुंबई

बालशिबिर शिक्षक

1. श्री सूरजसिंह सिंघेल, भुसावळ
2. श्री शांताराम पनपाटिल, धुळे
3. श्री विजय सालुंखे, धुळे
4. श्रीमती रचना माहेश्वरी, ब्यावर
5. श्री गौतम थदानी, दुबई, यूएई
6. श्रीमती प्रतिभा लोढा, दुबई, यूएई
7. Mr Sergey Chuikin, Russia

करण्याच्या परम सुखाचा लाभ घेऊ शकतील, प्रसन्नतेची बाब ही आहे की फेब्रुवारीच्या या तिथीदरम्यान हिंदी तिथीनुसार पूज्य गुरुजी व माताजींच्या जन्म व जयंत्याही येतात. **शिविर की योग्यता** – या दीर्घ शिविरामध्ये सम्मिलित होण्यासाठी केवळ एक सतिपट्टान शिविर, धर्माच्या प्रचार व प्रसारात योगदान व स्थानिक आचार्यांची परवानगी आवश्यक आहे.

सुनिश्चित दिनांक: प्रत्येक वर्षी 2 ते 17 फेब्रुवारी.

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

ॐ दीर्घ शिविरांसाठी नवीन संशोधित आवेदन पत्राचाच वापर करावा. ह्याला धम्मगिरी अथवा अन्य दीर्घ शिविरांच्या केंद्रातून प्राप्त करता येईल. (वरील सर्व शिविरांचे आवेदन पत्र एकसारखे आहे.) हिंदी वेबसाट हेतु लिंक- www.hindi.dhamma.org

इगतपुरी एवं महाराष्ट्र

धम्मगिरि : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

विपश्यना विश्व विद्यापीठ, इगतपुरी-422403, नाशिक, फोन: (02553) 244076, 244086, 244144, 244440 (केवळ कार्यालयीन वेळेत सकाळी: 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). फॅक्स: 244176. Email: info@iguri.dhamma.org (नोंदणीविना प्रवेश बिल्कुल नाही) दहा-दिवसीय: 30-10 ते 10-11, 13 ते 24-11, 27-11 ते 8-12, 25-12-21 ते 5-1-2022, 2022» 8 ते 19-1, 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 19 ते 30-4, 4 ते 15-5, 18 ते 29-5, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 29-6 ते 10-7, 27-7 ते 7-8, 10 ते 21-8, 24-8 ते 4-9, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 19 ते 30-10, 16 ते 27-11, 30-11 ते 11-12, 25-12-22 ते 5-1-2023, ० सतिपट्टान: 2022» 21 ते 29-1, 6 ते 14-10, समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य तथा आचार्य सम्मेलन: 2022» 13-12-2022, सहायक आचार्य सम्मेलन: 2022» 14 ते 16-12-2022, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 2022» 17 ते 20-12-2022, प्रशिक्षक कार्यशाळा: 2022» 21-12-2022, (या वर्षी डिसेंबर महिन्यात होणाऱ्या सर्व मिटिंग आणि कार्यशाळा कोविडमुळे स्थगित केली गेली आहेत. सर्वकाही ऑनलाइन होईल.) कृतज्ञता-शिविर: 2022» 2 ते 17-2,

०० दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 13 ते 24-7, (गंभीर सुचना- ० कृपया लक्ष घ्यावे की धम्मगिरीत बुकिंग केल्याशिवाय येऊ नये, परत पाठवांना शिविरार्थीलाही त्रास होतो व आम्हालाही. ० ज्या क्षेत्रात केंद्र आहे, त्या क्षेत्राच्या लोकांनी येथे आवेदन करावे. विशेष कारणविना धम्मगिरीत त्यांचे आवेदन स्वीकारले जाणार नाहीत. ० कृपया स्वीकृत-पत्र आपल्या सोबत अवश्य आणावे. ० येणे शक्य नसल्यास तशी सुचना वेळेअगोदर अवश्य कळवावी.)

धम्मतपोवन-1 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

०० दीर्घ-शिविर: 45-दिवसीय: 19-12 ते 3-2-2022,

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

दहा-दिवसीय एकजीव्युटिव शिविर: 30-11 ते 11-12, ० सतिपट्टान: 18 ते 26-11,

०० दीर्घ-शिविर: 60-दिवसीय: 17-12 ते 16-2-2022.

धम्मपत्तन : गोरार्ड, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केंद्र, एस्लव वर्ल्ड के पास, गोरार्ड 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 एकजीव्युटिव शिविर: 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 22-12 ते 2-1-2022, 2022» 5 ते 16-1, 19 ते 30-1, 26-2 ते 9-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 20-4 ते 1-5, 3 ते 14-5, 17 ते 28-5, 8 ते 19-6, 22-6 ते 3-7, 5 ते 16-7, 19 ते 30-7, 18 ते 29-8, 31-8 ते 11-9, 13 ते 24-9, 28-9 to 9-10, 12 ते 23-10, 26-10 ते 6-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-2023, ० सतिपट्टान: 2022» 12 ते 20-3, 1 ते 9-8, 3-दिवसीय: 2022» 12 ते 15-8,

०० कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय: 2022» 2 ते 23-2,

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

एक दिवसीय शिविर : ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा, गोरार्डगांव, 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 राहील. त्यातून आपली बाटली भरून आपल्याजवळ ठेवता येईल.

चेणाऱ्या दर्शकांसाठी लघू आनापान शिविर

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

धम्मविपुल : बेलापुर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 ए; सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलापुर, (पारसीक हिल, सीवूड दारावे रेल्वे स्टेशन जवळ हबर्ग लाईन) नवी मुंबई 400 614. संपर्क: फोन: 022-27522277, 27522404/03 (सकाळी 11 ते सायं 5 वाजेपर्यंत). Email: dhammavipula@gmail.com, बुकिंग केवळ ऑनलाइन: <http://www.vipula.dhamma.org/> दहा-दिवसीय: 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 21-12 ते 1-1-2022, 2022» 3 ते 14-1, 9 ते 20-2, 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 20-4 ते 1-5, 4 ते 15-5, 18 ते 29-5, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 27-7 ते 7-8, 10 ते 21-8, 24-8 ते 4-9, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 5 ते 16-10, 19 ते 30-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 30-11 ते 11-12, 21-12 ते 1-1-23, 3-दिवसीय: 9 ते 12-12-21, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी. सामू. साधना: दररोज सकाळी: 9 ते रात्री 9 पर्यंत, साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात, ०० कृतज्ञता-शिविर 2022» 16-1 ते 6-2,

धम्मवाहिनी : टिटवाळा

मुंबई परिसर विपश्यना केंद्र, गांव रुंदे, टिटवाळा (पूर्व) कल्याण, जि. ठाणे. Website www.vahini.dhamma.org, नोंदणी केवळ ऑनलाइन; Email: vahini.dhamma@gmail.com संपर्क: मॉबाईल: 97730-

69978, 9004620434, केवळ कार्यालयाच्या दिवशी- 12 ते सायं 6 वाजेपर्यंत. दहा-दिवसीय: 2022» 8 ते 19-1, 22-1 ते 2-2, 5 ते 16-2, 19-2 ते 2-3, 5 ते 16-3, 19 ते 30-3, 2 ते 13-4, 16 ते 27-4, 30-4 ते 11-5, 14 ते 25-5, 28-5 ते 8-6, 11 ते 22-6, 25-6 ते 6-7, 9 ते 20-7, 23-7 ते 3-8, 6 ते 17-8, 3 ते 14-9, 17 ते 28-9, 1 ते 12-10, ०० दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022» 20 ते 31-8, 30-दिवसीय: 2021» 20-11 ते 21-12, 45-दिवसीय: 2021» 20-11 ते 5-1-2022

धम्म वाटिका : पालघर

पालघर विपश्यना केंद्र, गट नं. 198-2/ए, अल्हाली क्रिकेट ग्राउंडच्या मागे, अल्हाली, 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) 21-11 ते 2-12, 25-12-21 ते 5-1-22, (केवळ स्त्रियां) 7 ते 18-11, ० सतिपट्टान: (केवळ स्त्रियां) 5 ते 13-12,

धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विपश्यना केंद्र, (नोंदणीविना प्रवेश नाही) मरकळ गावाजवळ, आळंदी पासून 8 कि.मी. दहा-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2021» 13 ते 24-11, 11 ते 22-12, 2022» 8 ते 19-1, 12 ते 23-2, 12 ते 23-3, 9 ते 20-4, 9 ते 20-4, 14 ते 25-5, 11 ते 22-6, 9 ते 20-7, 13 ते 24-8, 10 ते 21-9, 8 ते 19-10, 12 ते 23-11, 10 ते 21-12, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 2021» 27-11 ते 8-12, 25-12 ते 5-1, 2022» 22-1 ते 2-2, 26-3 ते 6-4, 23-4 ते 4-5, 28-5 ते 8-6, 25-6 ते 6-7, 23-7 ते 3-8, 27-8 ते 7-9, 24-9 ते 5-10, 26-11 ते 7-12, 24-12 ते 4-1, ० सतिपट्टान: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 2022» 29-10 ते 6-11, (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2022» 26-2 ते 6-3, 3-दिवसीय: 2022» 3 ते 6-2, 5 ते 8-5, 4 ते 7-8, 20 ते 23-10, संपर्क: पुणे विपश्यना समिती, फोन: (020) 24468903, 24436250. Email: info@ananda.dhamma.org; ट.फॅक्स: 24464243.

धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वार्गेट)

पुणे विपश्यना समिती, नेहरू स्टेडियमसमोर, स्वार्गेट वॉटर वर्क्सच्या मागे, आनंद मंगल कार्यालयाजवळ, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org दस-दिवसीय: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 2021» 7 ते 18-11, 5 ते 16-12, 2022» 2 ते 13-1, 6 ते 17-2, 6 ते 17-3, 3 ते 14-4, 5 ते 16-6, 3 ते 14-7, 7 ते 18-8, 2 ते 13-10, 6 ते 17-11, 4 ते 15-12, (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2021» 21-11 ते 2-12, 19 ते 30-12, 2022» 16 ते 27-1, 2-12 ते 3-3, 20 ते 31-3, 17 ते 28-4, 19 ते 30-6, 17 ते 28-7, 21-8 ते 1-9, 18 ते 29-9, 20-11 ते 10-12, 18 ते 29-12, ० सतिपट्टान: 2022» 4 ते 12-9, 3-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2022» 13 ते 16-10, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 2022» 27 ते 30-10, 2-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2022» 2 ते 4-6, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 2022» 15 ते 17-9, किशोरांचे शिविर: 2022» 1 ते 9-5, किशोरींचे शिविर: 2022» 15 ते 23-5, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या गुस्वारी व चौथ्या रविवारी सकाळी: 8:30 ते 4:30 पर्यंत, # 2-दिवसीय बाळ-शिविर: (9 ते 18 वर्ष) (मुले) 10 ते 11-5, (मुली) 13 ते 14-5, # बाळ-शिविर: (9 ते 18 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात पहिल्या व तिसऱ्या रविवारी (सकाळी: 8 ते दुपारी 2.30 पर्यंत)

दीर्घ शिविर कार्यक्रम (भारत)

विशेष 10-दिवसीय

20-11 ते 1-12-2021	धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)
25-11 ते 6-12-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
10 ते 21-12-2021	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
14 ते 25-12-2021	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाणा)
8-2 ते 1-3-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
6 ते 17-4-2022	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
10 ते 21-4-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
19 ते 30-6-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
13 ते 24-7-2022	धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
9 ते 20-8-2022	धम्मभण्डार - भंडारा (महाराष्ट्र)
20 ते 31-8-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाळा
20 ते 31-8-2022	धम्मपुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
14 ते 25-9-2022	धम्मपाल, भोपाल (म.प्र.)
9 ते 20-10-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
12 ते 23-10-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
20 ते 31-12-2022	धम्मपुष्कज - चूरू (राजस्थान)

कृतज्ञता शिविर

16-1 ते 6-2-2022	धम्मविपुल - बेलापुर (नवी मुंबई)
26-1 ते 10-2-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
2 ते 17-2-2022	धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
2 ते 23-2-2022	धम्मपत्तन - गोरार्ड, मुंबई
2 ते 17-2-2022	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
2 ते 17-02-2021	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
2 ते 17-2-2022	धम्मपुष्कज - चूरू (राजस्थान)
2 ते 17-2-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
2 ते 17-2-2022	धम्म मथुरा - मथुराई (तमिलनाडु)
2 ते 17-2-2022	धम्म नागाज्जुन - 2 नागार्जनसागर (तेलंगाणा)
2 ते 17-2-2023	धम्म नागाज्जुन - 2 नागार्जनसागर (तेलंगाणा)

20-दिवसीय

7 ते 28-11-2021	धम्मपुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
4 ते 25-12-2021	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ. प्र.)
14-12-21 ते 4-1-22	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाणा)
23-2 ते 16-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)

6 ते 27-2-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
2 ते 23-2-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
4 ते 25-5-2022	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
10 ते 31-7-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
3 ते 24-8-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
9 ते 30-9-2022	धम्मगाढ - बिलासपुर (छत्तीसगढ)
28-10 ते 17-11-2022	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
28-10 ते 18-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
11-11 ते 2-12-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

30-दिवसीय

6-11 ते 7-12-2021	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
7-11 ते 8-12-2021	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
20-11 ते 21-12-2021	धम्मवाहिनी - टिटवाला
21-12-2021 ते 21-1-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
14-12-21 ते 14-1-22	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
23-2 ते 26-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
30-1 ते 2-3-2022	धम्मसेतु - दुर्ग (छत्तीसगढ)
2-2 ते 5-3-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
6-2 ते 9-3-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
4-5 ते 4-6-2022	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
10-7 ते 10-8-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
26-10 ते 26-11-2022	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
28-10 ते 28-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
30-10 ते 30-11-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ. प्र.)
11-11 ते 12-12-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

45-दिवसीय

2-11 ते 18-12-2021	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
20-11 ते 5-1-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
13-12 ते 28-01-2021	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
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, गुजरात
1-1 ते 16-2-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
6-2 ते 24-3-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
9-2-2022 ते 27-3-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
23-2 ते 10-4-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
26-10 ते 11-12-2022	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)
14-12-22 ते 29-1-2023	धम्म नागाज्जुन - 2 - नागार्जनसागर (तेलंगाना)

60-दिवसीय

17-12 ते 16-2-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
--------------------	------------------------------------

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; दस-दिवसीय: 2021 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1-2022 2022 12 ते 23-1, 26-1 ते 6-2, 9 ते 20-2, 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 20-4 ते 1-5, 4 ते 15-5, 25-5 ते 5-6, 8 ते 19-6, 22-6 ते 3-7, 10 ते 25-11, 2022 4 ते 12-4, 2-दिवसीय: 2021 26 ते 28-11, 2022 15 ते 17-4, किशोरियों का शिविर: 2021 8 ते 16-11, किशोरों का शिविर: 2022 16 ते 24-5.

धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)

खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडगांव जलसुद्धिकरण केंद्रजवळ, मु. पो. तिली, जिल्हा- धुळे, पिन: 424002; (नौदणोविना प्रवेश नाही) (केंद्रापर्यंत जाण्यासाठी पाच कंदीलजवळ "शेरे पंजाब लॉज" जवळ पोहोचवते तिथून तिली गावासाठी ऑटोरिक्षा भेटवात.) दहा-दिवसीय: 2021 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 16 ते 27-12, 2022 2 ते 13-1, 16 ते 27-1, 20-2 ते 3-3, 6 ते 17-3, 3 ते 14-4, 17 ते 28-4, 8 ते 19-5, 22-5 ते 2-6, 5 ते 16-6, 3 ते 14-7, 17 ते 28-7, 14 ते 25-8, 4 ते 15-9, 18 ते 29-9, 9 ते 20-10, 20-11 ते 1-12, 4 ते 15-12, 10 सतिपट्टान: 2021 5 ते 14-12, 2022 20 ते 29-3, 19 ते 28-6, 31-7 ते 9-8, 18 ते 27-12, 2-दिवसीय: 2022 28 ते 30-1, 4 ते 6-5, 27 ते 29-8, 2 ते 4-10, # 1-दिवसीय बाळ-शिविर: 2021 1-11, 29-12, 30-12, 2022 1-5, 21-10, 29-12. 30-12, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2022 2 ते 17-2, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 20-दिवसीय: 2022 28-10 ते 17-11, संपर्क: डॉ. देवे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org

धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर

धम्मसिद्धपुरी विपश्यना ध्यान केंद्र, off विजापुर रोड, भाटेगावडी जवळ, सोरगाव - डोंगगाव चा रस्ता, सोरगाव पासून 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, जिला. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, संपर्क: 1) श्री सन्नट पाटील, मोबा. 7620592920, 9011908000, 2) श्री भालचंद्र उकरदे, मोबा. 9860759866, दहा-दिवसीय: 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1, 2-दिवसीय: 11 ते 14-11,

धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)

दृक्खन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (नौदणोविना प्रवेश नाही) रामलिंग रोड, आलते पाक, आलते, ता. हातकनगले

(रुळे स्टेशन), जि. कोल्हापूर- 416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, दहा-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 19 ते 30-12, 10 सतिपट्टान: (हिंदी एवं इंग्रजी भाषी) 21 ते 30-12, धम्मसेवक कार्यशाळा: (हिंदी व मराठी भाषी) 19 ते 20-11,

धम्मसुगंध : भोसे (सांगली)

सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्लामा मंदीराजवळ, खामकरवाडी, भोसे - 416420, ता. मिरज, जि. सांगली, Email: info@sugandha.dhamma.org, फोन: 9422410436, 9403841943, online registration www.dhamma.org/en/schedules/schsugandha, संपर्क: 1) डॉ. अमीत पाटील, मोबा. 9222161236, 2) श्री संजय चौगुले, मोबा. 7249711008, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 19 ते 30-12, 2-दिवसीय: 16 ते 18-12, (1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी, स्थान: निशिधी मालवाडी पो. भिलवाडी, ता. पलसु जिल्हा:- सांगली) (1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी) बाळ-शिविर: प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी (8 ते 15 वर्ष) सकाळी 9 ते दुपारी 3 पर्यंत स्थान: मानव राहत ट्रस्ट, तिसरा माळा, सीव्हील हॉस्पिटलजवळ, सांगली)

धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहरझरी गाव, नागपुर-कलमेश्वर रोडजवळ. Email: info@naga.dhamma.org, संपर्क: मोबाईल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (नौदणोविना प्रवेश नाही) दहा-दिवसीय: 2021 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 2022 4 ते 15-1, 18 ते 29-1, 23-2 ते 6-3, 23-3 ते 3-4, 20-4 ते 1-5, 8 ते 19-6, 22-6 ते 3-7, 6 ते 17-7, 20 ते 31-7, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 31-8 ते 11-9, 14 ते 25-9, 28-9 ते 9-10, 12 ते 23-10, 26-10 ते 6-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 10 सतिपट्टान: 2021 24-12 ते 1-1-2022, 2022 27-5 ते 4-6, 24-12 ते 1-1-2023, 3-दिवसीय: 2021 3 ते 6-11, 2022 17 ते 20-3, 19 ते 22-12, 1-दिवसीय: 2022 16-5, किशोरोंचे शिविर: 2022 3 ते 11-5, किशोरोंचे शिविर: 2022 18 ते 26-5, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 2022 9 ते 13-3, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2022 2 ते 17-2, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2021 6 ते 17-10, 2022 6 ते 17-4, संपर्क: सचिव, कल्याणमिल चॅरिटेबल ट्रस्ट, अभ्यंकर स्मारक भवन, अभ्यंकर रोड, धन्तोली, नागपुर-440012. फोन: 0712- 2458686, 2420261. (सर्व पत्र-व्यवहार संपर्क पत्त्यावर करावा.)

धम्मसुगति : सुगतनगर (नागपुर)

विपश्यना साधना केंद्र, सुगतनगर, नागपुर-14, फोन नं. (0712)2630115. दहा-दिवसीय: 8 ते 19-11, 8 ते 19-12, 10 सतिपट्टान: 22 ते 30-12, 3-दिवसीय: 24 ते 27-11, 1-दिवसीय: 21-11, 6-12, 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 चाहंदे, मोबा. 9373104305.

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. मार्ग, पिंपळगांव बायपास, यवतमाल - 445001, संपर्क: 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डॉ. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475. दहा-दिवसीय: 3 ते 14-11, 7 ते 18-12, 10 सतिपट्टान: 19 ते 27-11, 1-दिवसीय: 5-12, # बाळ-शिविर: 28-11, 26-12, संपर्क: 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डॉ. राजकुमार भगत, मोबा. 9423432475, 3) देवेंद्र मेश्राम 9822235527. चिटकी (वर्षा): धम्मकुटी विपश्यना केंद्र, चिटकी, पुलगाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, दहा-दिवसीय: 6 ते 17-11, 7 ते 18-12, संपर्क: श्री. खंबारे, फोन: 07158-284372, मोबा. 9028494401, श्री भेले, मोबा. 9834603076.

तुमसर (भंडारा): दहा-दिवसीय: 17 ते 28-11, 15 ते 26-12, 1-दिवसीय: 1-10, # बाळ-शिविर: 29-11, 26-12, स्थान: बुद्धविहार अण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, संपर्क: 1) श्री डोंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चौर, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोडगाणे, मोबा. 096236-68240,

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, राहूल कॉलनी, रुळे लाइनजवळ, सहकार नगर, भंडारा 441904, दहा-दिवसीय: 2021 4 ते 15-12, 2022 5 ते 16-1, 1 ते 12-2, 1 ते 12-3, 19 ते 30-7, 6 ते 17-9, 11 ते 22-10, 15 ते 26-11, 7 ते 18-12, 10 सतिपट्टान: 2021 21 ते 29-11, 2022 2 ते 10-4, 3 ते 11-11, 3-दिवसीय: 2022 17 ते 23-3, 2-दिवसीय: 2021 24 ते 26-12, 2022 18 ते 20-2, 1-दिवसीय: 2022 16-1, 30-1, 24-4, 16-5, 19-6, 21-8, 25-9, 27-11, 18-12, किशोरोंचे शिविर: 2021 7 ते 16-11, # 2-दिवसीय बाल-शिविर: 2021 15 ते 16-11, 1 ते 2-5, # 1-दिवसीय बाल-शिविर: 2021 19-12, 2022 27-2, 26-4, 10-5, 24-5, 14-6, 28-6, 31-7, 25-8, 9-10, 25-12, धम्मसम्मेलन: 2022 13-2, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2022 9 ते 20-8, संपर्क: सलूजा, 09423673572, चौर, 9890441071, विनोद, 9422833002, 7588749108,

धम्म निरंजन : नांदेड

विपश्यना साधना केंद्र, नई डकीण (गौदावरी नदी के किनारे) नांदेड, संपर्क: 1) श्री दहिवले, मोबाईल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, दहा-दिवसीय: (केवळ स्त्रियां) 8 ते 19-12, (केवळ पुरुष) 17 ते 28-11, 3-दिवसीय बाळ-शिविर: (केवळ मुले) 7 ते 10-11, (केवळ मुली) 11 ते 14-11, 1-दिवसीय: 29-12, स्वयं शिविर: प्रत्येक रविवारी सकाळी 6 ते 10 पर्यंत, बाळ-आनापान ऑनलाईन शिविर: महिन्यात तिसऱ्या रविवारी धम्मसेवक कार्यशाळा: 10-1,

धम्म वसुधा : हिवरा वर्धा

विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट इडशी, ता. सेलू, जि. वर्धा, Email: dhammavasudha@gmail.com 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. मोबा. दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष जुने साधक 10 ते 21-11,) (केवळ स्त्रियां जुन्या साधिका 1 ते 12-12), 10 सतिपट्टान: 1 ते 9-12, संपर्क: 1) श्री बांते, 9326732550, 9326732547. 2) श्री काटवे, मोबा. 9890309738.

धम्मअनाकुल : खापरखेड़ा फाटा, तेल्हारा (अकोला)

विपश्यना साधना केंद्र, खापरखेड़ा फाटा, तेल्हारा-444108 जि. अकोला Email: info.anakula@vridhamma.org, Website: www.anakula.dhamma.org, मोबा. 9421156138, 9881204125, 9421833060, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 24-11 ते 5-12, (केवळ स्त्रियां) 10 ते 21-11, 8 ते 19-12, 3-दिवसीय: 23 ते 26-12, संपर्क: 1) विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, रोगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आनंद, मोबा. 94221-81970.

कोटंबा (यवतमाल): दहा-दिवसीय: (पुरुष व स्त्रियां) 5 ते 16-12 (केवळ भिक्षुणिया व स्त्रियां) 7 ते 18-11, 1-दिवसीय: हर रविवार सुबह 8 ते 3 तक # बाळ-शिविर: 28-11, 26-12, संपर्क: धम्मभूमि विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाल-445001. मोबा. 9822896453, 7776964808, 7038918204, 9175622575,

धम्म अमरावती: लुंबिनी मोगरा

विपश्यना केंद्र, लुंबिनी मोगरा, पो. भानखेडा, ता. जि. अमरावती संपर्क: 1) श्री पी. रावत, मोबा. 8830593721, 2) श्री बाबुजी सिरसाट, मोबा. 8007676033, दहा-दिवसीय: 15 ते 26-12, सतिपट्टान: 21 ते 29-11, 1-दिवसीय: 29-9,

मलकापुर: (अकोला) दहा-दिवसीय: (केवल स्त्रियां) 12 ते 23-12, स्थान: भदन्त आनंद निवास, राजरतन कॉलनी येवता रोड मलकापुर जि. अकोला. 444001, मोबा. 9421937014, संपर्क: 1) श्री तायडे, मोबा. 9421794874, 2) श्री आठवले, मोबा. 9404092468.

पातुर: (अकोला) विपश्यना साधना प्रसार केंद्र, शिरला, पातुर जि. अकोला - 444501, दहा-दिवसीय: (केवल स्त्रियां) 20-11 ते 1-12, 20 ते 28-12, # 3-दिवसीय बाळ-शिबिर: (10 ते 17 वर्ष) 7 ते 10-11, 1-दिवसीय: 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी, वेळ 9 ते 5, # बाळ-शिबिर: बाळ-शिबिर: (वय 10 ते 16 वर्ष) प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी, वेळ 9 ते 5, संपर्क: 1) श्री. जगन्नाथ गर्वड, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

धम्मजळगांव : जळगांव

विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैत्री हिल्स अजिठा रोड, उमाळा गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, संपर्क: श्री सुभाष तलरेजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, 1-दिवसीय: (केवल पुरुष) 7-11, 5-12, (केवल स्त्रियां) 21-11, 19-12, संपर्क: 7588436222, 8421532276.

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) मिलींद चरडे, सुतानगर, नगीनाबाग वार्ड, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, दहा-दिवसीय: 1 ते 12-11, 8 ते 19-12, 26-12 ते 7-1, सतिपट्टान: 27-11 ते 5-12, 2-दिवसीय: 19 ते 21-11, 1-दिवसीय: 19-12,

धम्मपदेश : पाली (रत्नागिरी)

कौकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, नु. पाथरट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pades.dhamma.org, दस-दिवसीय: 1 ते 12-11, 15 ते 26-11, 1 ते 12-12, सतिपट्टान: 15 ते 24-12, संपर्क: 1. श्री संतोष आयरे 1) 9975434754/9960503598

महाड: दस-दिवसीय: (केवल पुरुष) 7 ते 28-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 19 ते 30-12, 1-दिवसीय : 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 एवं उत्तर भारत

धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

राजस्थान विपश्यना केंद्र, पो.बॉ. 208, जयपुर-302001, पंजीकरण संपर्क: मोबा. 0-99301-17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 7 ते 18-11, 21-11 ते 2-12, 5 ते 16-12, 22-12 ते 2-1-2022, 2022) 4 ते 15-1, 18 ते 29-1, 27-3 ते 7-4, 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, 13 ते 24-8, 28-8 ते 8-9, 11 ते 22-9, 25-9 ते 6-10, 9 ते 20-10, 30-11 ते 11-12, 22-12 ते 2-1-2023, सतिपट्टान: 2022) 29-3 ते 6-4, 7 ते 15-6, 19 ते 27-7, 12 ते 20-12, 3-दिवसीय: 16 ते 19-12, धम्मउत्सव: 2022) 16-1, धम्मसेवक कार्यशाला: 2022) 30-1, ∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दस-दिवसीय: 2022) 10 ते 21-4, 19 ते 30-6, 9 ते 20-10, 20-दिवसीय: 2022) 6 ते 27-2, 28-10 ते 18-11, 28-9 ते 19-10, 30-दिवसीय: 2022) 6-2 ते 9-3, 28-10 ते 28-11, 45-दिवसीय: 2022) 6-2 ते 24-3,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विपश्यना केंद्र, गाव रवंत (केडेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर. मोबा. 91-94133-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 2021) 23-12 ते 3-1, 2022) 26-1 ते 6-2, 9 ते 20-2, 23-2 ते 7-3, 20 ते 31-3, 2 ते 13-4, 20-4 ते 1-5, 4 ते 15-5, 12 ते 23-6, 25-6 ते 6-7, 1 ते 12-9, 14 ते 25-9, 28-9 ते 9-10, 27-10 ते 7-11, 23-12 ते 3-1, सतिपट्टान: 2021) 11 ते 19-12, 2022) 15 ते 23-1, 9 ते 17-3, 12 ते 20-10, 13 ते 21-12, किशोरांचे शिविर: 2022) 5 ते 13-1, 1 ते 9-6, # बाळ शिविर 2-दिवसीय: 15 ते 17-4, 13 ते 15-8,

● दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 2022) 20 ते 31-8, 20-दिवसीय: 2021) 7 ते 28-11, 2022) 10 ते 31-7, 11-11 ते 2-12, 30-दिवसीय: 2021) 7-11 ते 8-12, 2022) 10-7 ते 10-8, 11-11 ते 12-12, संपर्क: 1) श्री रवि तोषणीवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com, 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 098290 28275, Email: corporate@toshcon.com, फॅक्स: 0145-2787131.

धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)

विपश्यना साधना केंद्र, लहरिया रिसोर्टमार्गे, अध्यात्म विज्ञान सस्तग केंद्राजवळ चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 2021) 7 ते 18-11, 22-11 ते 3-12, 20 ते 31-12 2022) 2 ते 13-1, 15 ते 26-1, 30-1 ते 10-2, 14 ते 25-2, 21-3 ते 1-4, 13 ते 24-4, 28-4 ते 9-5, 21-6 ते 2-7, 5 ते 16-7, 19 ते 30-7, 2 ते 14-8, 31-8 ते 11-9, 23-9 ते 4-10, 19 ते 22-10, 28-10 ते 8-11, 11 ते 22-11, 25-11 ते 6-12, सतिपट्टान: 2022) 9 ते 17-3, 28-5 ते 5-6, 8 ते 16-10, 23 ते 31-12, 3-दिवसीय: 2021) 7 ते 10-12, 2022) 2 ते 5-3, 4 ते 7-4, 9 ते 12-12, किशोरांचे शिविर: 2022) 10 ते 18-6, किशोरांचे शिविर: 2022) 19 ते 27-8, # बाळ शिविर 2-दिवसीय: 2022) (13 ते १६ वर्ष मुले, मुली) 16 ते 18-9, संपर्क: 1) श्री नेमीचंद भंडारी, 41-42, अशोक नगर, पाल लॉक रोड, जोधपुर-342003. Email: dhamma.maroodhara@gmail.com; मोबा.: Whatsapp No. 9887099049, 8233013020.

धम्मपुब्बज, चूरू (राजस्थान)

पुब्बज भूमि विपश्यना ट्रस्ट, भालेरी रोड, (चूरूपासून 6 कि.मी.) चूरू (राजस्थान): फोन: 9664481738, संपर्क: 1) श्री एस. पी. शर्मा, Email: dhammapubbaja@gmail.com, info@pubbaja.dhamma.

org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoo.com; (मोबा. 94131-57056, 9887099049, Whatsapp Only) दस-दिवसीय: 2021) 8 ते 19-11, 23-11 ते 4-12, 2022) 1 ते 12-1, 22-2 ते 5-3, 9 ते 20-3, 24-3 ते 4-4, 7 ते 18-4, 27-5 ते 7-6, 22-6 ते 3-7, 6 ते 17-7, 20-7 ते 31-7, 3 ते 14-8, 9 ते 20-9, 5 ते 16-10, 26-10 ते 6-11, 11 ते 22-11, 25-11 ते 6-12, सतिपट्टान: 2021) 22 ते 30-12, 2022) 15 ते 23-1, 29-4 ते 7-5, 19 ते 27-8, 3-दिवसीय: 2021) 8 ते 11-12, 2022) 26 ते 29-1, 21 ते 24-4, 23 ते 26-9, 19 ते 22-10, 9 ते 12-12, किशोरांचे शिविर: 2022) 10 ते 18-6, 1-दिवसीय: 2022) 8-5, # बाळ शिविर 2-दिवसीय: 2021) (13 ते 16 वर्ष मुले) 31-10 ते 2-11, 2022) 2 ते 4-9, (13 ते 16 वर्ष केवळ मुली) 2022) 30-9 ते 2-10,

● कृतज्ञता-शिबिर: 2022) 2 ते 17-2, ● दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 2022) 20 ते 31-12,

धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्नोद पुलिस थाना के पास), पो. सोहना, बल्लभगढ़-सोहना रोड, (सोहना पासून 12 कि.मी.), जिला- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (बल्लभगढ़ और सोहना ते बस उपलब्ध है।) विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्नोद पोलिस स्टेशनजवळ), पो. सोहना, वल्लभगढ़-सोहना रोड, (सोहनापासून 12 कि.मी.), जिल्हा- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (वल्लभगढ़ व सोहना येथून बस उपलब्ध आहे.) दहा-दिवसीय: 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, संपर्क: विपश्यना साधना संस्थान, रम नं. 1015, 10 वा तळ, हेमकुंठ/मोदी टावर्स, 98 नेहरू प्लेस, नवी दिल्ली-110019. फोन: (011) 2645-2772, 4658-5455, Email: reg.dhammasota@gmail.com

धम्मपट्टान : सोनीपत (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, कम्मासपुर, जि. सोनीपत, हरियाणा, पिन-131001. मोबा. 09991874524, Email: reg.dhammapatthana@gmail.com. सतिपट्टान: 23 ते 31-12,

● दीर्घ-शिबिर: 45-दिवसीय: (15 दिवसीय आनापान) 2-11 ते 18-12, संपर्क: धम्मसोतच्या-संपर्कावर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअरपोर्ट/कुंजपुरा रोड, गव्हरमंट शाळेजवळ, 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: 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 22 ते 2-1-2022,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिती, लाहली - अंवल रोड, गांव लाहली, ता - कलानोर, जिल्हा: रोहतक - 124001, संपर्क: 92543-48837, 9416303639. दहा-दिवसीय: 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, सतिपट्टान: 6 ते 14-11,

धम्मधज : होशियारपुर (पंजाब)

पंजाब विपश्यना ट्रस्ट, गाव आनंदगढ, पो. मेहलांवली जिल्हा-होशियारपुर - 146110, पंजाब फोन: (01882) 272333, मोबाईल: 94651-43488, Email: info@dhaja.dhamma.org, दस-दिवसीय: 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 2022) 5 ते 16-1, 19 ते 30-1, 2 ते 13-2, 16 ते 27-2, 2 ते 13-3, 16 ते 27-3, 6 ते 17-4, 20-4 ते 1-5, 4 ते 15-5, 18 ते 29-5, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 6 ते 17-7, 20 ते 31-7, 3 ते 14-8, सतिपट्टान: 6 ते 14-11,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केंद्र, धरमकोट मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिल्हा- कांगरा, पिन-176219 (हि. प्र.). फोन: 09218514051, 09218414051, (नोंदणी सारी 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 शिबिरांच्या वेळी नाही. सतिपट्टान: 15 ते 23-11, 3-दिवसीय: 23 ते 26-11,

धम्मलद्दु : लेह-लद्दाख (जम्मू-कश्मीर)

विपश्यना साधना लद्दाख, लेहपासून 8/9 कि. मी. संपर्क: श्री लोभझंग विसुद्धा, एन्शट ट्रॅक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दहा-दिवसीय: 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, 2022) प्रत्येक महिन्यात 1 ते 12-2, 16 ते 27 सतिपट्टान व इतर शिबिरांच्या वेळी नाही सतिपट्टान: 16 ते 24-12-2021, 2022) 16 ते 24-3, 16 ते 24-9, 3-दिवसीय: 2022) 25 ते 28-9, 2-दिवसीय: 2022) 25 ते 27-3, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 9:00 पासून. 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी. Email: lvisuddha@yahoo.com; info@ladakh.in.dhamma.org,

धम्मसलिल : देहरादून (उत्तरांचल प्र.)

देहरादून विपश्यना केंद्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कन्ट व संतला देवीजवळ, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, Email: reg.dhammasalila@gmail.com; दहा-दिवसीय: 10 ते 21-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, सतिपट्टान: 3 ते 11-4, 22 ते 30-12, 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. (शिबिर प्रारंभच्या दिवशी दुपारी 2 ते 3 पर्यंत बक्शीचा तलाव रेल्वे क्रॉसिंग पासून वाहन सुविधा आहे.) Email: info@lakkhana.dhamma.org मोबा. 97945-45334, 9453211879, दहा-दिवसीय: 4 ते 15-11, 19 ते 30-11, 2-दिवसीय: 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-शिबिर: 20-दिवसीय: 4 ते 25-12, संपर्क: 1) श्री राजकुमार सिंह, मोबा. 9616744793, 2) श्री पंकज जैन, मोबा. 098391-20032, 3) श्रीमती मृदुला मुकेश, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

जैतवन विपश्यना साधना केंद्र: कटरा बाईपास रोड, बुद्धा इंटर कॉलेजसमोर, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatthi.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 2 ते 13-12, 2022) 2 ते 13-1, सतिपट्टान: 14 ते 22-12, बाळ शिविर: (8 ते 12 वर्ष मुले, व 8 ते 16 वर्ष मुली) 24 ते 27-12, (12 ते 16 वर्ष केवळ मुले) 28 ते 31-12, संपर्क: 1) मोबा. 094157-51053, 2) श्री मुखली मनोहर, मातन हेलीवा. मोबा. 094150-36896,

धम्मचक्र : सारनाथ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, खरगीपुर गांव, पो. पियरी, चौबैपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485;

09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org (सारनाथ म्युजियमपासून ऑटोरिक्षा भाडे 100/- रुपये आहे), **दस-दिवसीय: 2021** 20 ते 31-12, **2022** 3 ते 14-1, 18 ते 29-1, 3 ते 14-2, 4 ते 15-3, 3 ते 14-4, 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, 12 ते 23-10, 5 ते 16-12, 18 ते 29-12, **सतिपट्टान: 2021** 9 ते 17-12, **2022** 21 ते 29-3, 2 ते 10-10, 3-दिवसीय: 2022 28 ते 31-8,

1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी. सुबह 9 ते सायं 4 तक,
 ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2022 18-2 ते 1-3, 20-दिवसीय: 2022 3 ते 24-8, 30-दिवसीय: 2021 6-11 ते 7-12, **2022** 30-10 ते 30-11, संपर्क: मंजू अग्रवाल, मो. 99366-91000, Email: manju.ag4@gmail.com,

धम्मकाया कुशीनगर (उ.प्र.)

"धम्मकाया" विपश्यना साधना केंद्र, गांव- धूरिया भाट, बनवारी टोलाजवळ. ता- कसया, देवरिया रोड, ता. कसया, जिल्हा- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaaya.vskk@gmail.com; दहा-दिवसीय: संपर्क: श्री भूमिधर मोबा. 09452975280, संपर्क: 1. श्री भूमिधर मोबा. 09452975280, 2) डॉ. विमलकुमार मोदी, द्वारा- आरोग्य मंदिर, गोरखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599453.

धम्मकल्याण : कानपुर (उ.प्र.)

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, डोडी घाट, रुमा, पो. सलेमपूर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशनपासून 23 कि. मी.) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (नोंदणीविना प्रवेश बिल्कुल नाही) दहा-दिवसीय: 5 ते 16-11, 5 ते 16-12, 20 ते 31-12, **सतिपट्टान: 22** ते 30-11, एक-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी सकाळी 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत
 ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 20-11 ते 1-12,

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केंद्र, पोलोस स्टेशनमागे, टॉवर रोड, सैफपूर गुल्शनराजवळ, हस्तिनापूर, जिल्हा- मेरठ-250404, कार्यालय संपर्क: फोन: 9555515548, 8171490433, 7505414181, 10-दिवसीय: 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, **सतिपट्टान: 6** ते 14-11,

धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केंद्र, मगध विश्वविद्यालयाजवळ, पो. मगध विश्वविद्यालय, गया-डोभी रोड, बोधगया- 824234, मोबा. 9471603531, Email: info@bodhi.dhamma.org; संपर्क: फोन: 99559-11556. दहा-दिवसीय: 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: 26-1-2022** ते 3-2-2022, ∞ दीर्घ-शिविर: 45-दिवसीय: 9-2-2022 ते 27-3-2022,

धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपूर (बिहार)

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, गांव- लदौरा, पाक्री, मुजफ्फरपूर-843113. फोन: 09931161290, 8935963703, 9431245971, दहा-दिवसीय: 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 गोपन्का, फोन: 0621 2240215, Email: info@licchavi.dhamma.org

धम्मउपवन : बाराचकिया, (बिहार)

बाराचकिया - 845412, पूर्व चम्पारन, बिहार, संपर्क: फोन: 9431245971, 9934430429, 6204814341, Email: dhammaupavan@gmail.com, 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, गव्हरमेट 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

धम्मपाटलिपुत : 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, दहा-दिवसीय: 3 ते 14-11, 3 ते 14-12, 17 ते 28-12, 3 ते 14-1-22, 17 ते 28-1-22.

धम्मवैशाली : वैशाली (बिहार)

दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 4 ते 15 जानेवारी ते डिसेंबर, स्थान: विद्यतनाम महाप्रजापति ननरी, विश्वशांति पगोडा रोड, वैशाली-844128, मोबा. 9036012302, 9036012303, Email: info@vaishali.in.dhamma.org; Website: www.vaishali.in.dhamma.org; संपर्क: श्री राजकुमार राय, फोन: 7631932444, दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 4 ते 15, जनवरी ते डिसेंबर पर्यंत. **सतिपट्टान: 18** ते 26-11,

कच्छ एवं गुजरात

धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

कच्छ विपश्यना केंद्र, गाव- बाडा, ता. मांडवी, जिल्हा- कच्छ 370475. मोबा. 9925674104, Email: info@sindhu.dhamma.org (शिविर आरंभ होण्याच्या दिवशी सरळ केंद्रात जाण्यासाठी वाहन सुविधा उपलब्ध. त्यासाठी संपर्क- फोन: भुज: 094274-33534. गांधीधाम: 094262-50746. मांडवी: 09974575660.) दस-दिवसीय: 2021 6 ते 17-11, 20-11 ते 1-12, 4 ते 15-12, 18 ते 29-12. 2022 4 ते 15-1, 19 ते 30-1, **सतिपट्टान: 8** ते 16-11, 2022 2 ते 10-2, 3-दिवसीय: 18 ते 21-11, 2022 11 ते 14-2, ∞ दीर्घ शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 2021 25-11 ते 6-12, 10 ते 21-12, 20-दिवसीय: 2022 23-2 ते 16-3, 30-दिवसीय: 2022 23-2 ते 26-3, 45-day: 2022 1-1 ते 16-02, 23-2 ते 10-4, संपर्क: 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, दहा-दिवसीय: 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1, संपर्क: 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फॅक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

धम्मदिवाकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीढू गाव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org,

फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निखिलभाई पारीख, मोबा. 09429233000, 2. श्री उपेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, 10-दिवसीय: 7 ते 18-11, 24-11 ते 5-12, 8 ते 19-12, 22-12 ते 2-1-22, 5 ते 16-1, 2 ते 13-2, 16 ते 27-2-22. **सतिपट्टान: 2022** 22-1 ते 30-1-22, 3-दिवसीय: 2021 19 ते 22-11,

धम्मपीठ : अहमदाबाद (गुजरात)

गुर्जर विपश्यना केंद्र, (अहमदाबाद रेल्वे स्टेशनपासून 40 कि.मी.) गाव- रनोडा, ता. धोलका, जिल्हा- अहमदाबाद-387810. मोबा. 89800-011110, 89800-011112, 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: 2 ते 13-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12-2021 ते 9-1-2022, 12 ते 23-1, 16 ते 27-2. कृतज्ञता-शिविर: 26-1 ते 10-2, संपर्क: 1) श्रीमती शशि तोडी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नॅशनल हायवे नं. 8, (मुंबई ते अहमदाबाद) पच्छिम पासून 2 कि. मी. दूर वर बोरीयाच 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: 6 ते 17-11, 24-11 ते 5-12, 7 ते 18-12, 3-दिवसीय: 18 ते 21-11, ∞ दीर्घ-शिविर: 30-दिवसीय: 21-12 ते 21-1, 45-दिवसीय: 21-12 ते 5-2,

दक्षिण भारत

धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडू)

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पट्टान- थंडलम रोड, द्वारा थीरुनीरमलाई रोड, थीरुमुदीवक्कम, चेन्नई-600044, शिविरसंबंधी माहिती व नोंदणीसाठी संपर्क: फोन: 044-65499965, मोबाईल: 94442-80952, 94442-80953, (केवळ 10 ते 1 व सायं 2 ते 5 वाजेपर्यंत). Email: setu.dhamma@gmail.com संपर्क: श्री गोयन्का, फोन: (044) 4340-7000, 4340-7001, फॅक्स: 91-44-4201-1177. मोबाईल: 098407-55555. Email: skgoenka@kgiclothing.in, दहा-दिवसीय: 2021 5 ते 16-11, 18 ते 29-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 2022 2 ते 13-1, 19 ते 30-1, 9 ते 20-3, 30-3 ते 10-4, 13 ते 24-4, 27-4 ते 8-5, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 13 ते 24-7, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 31-8 ते 11-9, 14 ते 25-9, 28-9 ते 9-10, 26-10 ते 6-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 20 ते 31-12, **सतिपट्टान: 2022** 2 ते 10-7, 12 ते 20-10, 3-दिवसीय: 2021 28 ते 31-12, 2022 24 ते 27-3, 12 ते 15-5, 28 ते 31-7, 1-दिवसीय: 2022 16-5, 13-7, धम्मसेवक कार्यशाळा: 2022 21-4, बाळ शिविर शिक्षक कार्यशाळा: 2022 21 ते 22-5, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 2022 28 ते 29-5, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2022 2 ते 17-2, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 2022 12 ते 23-10, 20-दिवसीय: 2022 2 ते 23-2, 30-दिवसीय: 2022 2-2 ते 5-3,

धम्मखेतत : हैदराबाद (तेलंगाना)

विपश्यना अंतर्राष्ट्रीय साधना केंद्र, (12.6 किमी.) माइल स्टोन नागार्जुन सागर रोड, कुसुम नगर, वनस्थलीपुरम हैदराबाद-500070, तेलंगाना नोंदणी: (सकाळी 9 ते १२ व ३ ते ५ वाजेपर्यंत) मोबा. 09491594247, फोन: (040) 24240290, 9705859056, Email: info@khetta.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 30-11 ते 11-12, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी, ∞ दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 14 ते 25-12, 20-दिवसीय: 14-12-21 ते 4-1-22, 30-दिवसीय: 14-12-21 ते 14-1-22,

धम्म मधुरा : मदुराई (तमिलनाडू)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेंतिया पट्टी, ता. आतुर पो. गांधीधाम युनिवर्सिटी दिंडीगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 9442603490, 9442103490, 10-दिवसीय: 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 2022 19 ते 30-1, 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 20-4 ते 1-5, 4 ते 15-5, 18 ते 29-5, 15 ते 26-6, 6 ते 17-7, 20 ते 31-7, 24-8 ते 4-9, 7 ते 18-9, 5 ते 16-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 7 ते 18-12, 21-12-2022 ते 1-1-2023 **सतिपट्टान: 2022** 13 ते 21-8, 3-दिवसीय: 25 ते 28-11, 2022 6 ते 9-1, 9 ते 12-6, 4 ते 7-8, 22 ते 25-9, ∞ कृतज्ञता-शिविर: 2 ते 17-2-2022,

धम्मनागाज्जुन -1 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: VIMC, हिल कॉलनी, नागार्जुन सागर, जि. नालगोंडा आंध्र प्रदेश, पिन-508202. नोंदणी: 9440139329, (8680) 277944, मोबा: 093484-56780, (केवळ 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत) Email: info@nagajuna.dhamma.org, एक-दिवसीय: प्रत्येक पौर्णिमा, (दक्षिण भारतातील सर्व कार्यक्रम नेटवर पहा आणि ऑनलाइन आवेदन करा.) 10-दिवसीय: 2021 3 ते 14-11, 2022 10 ते 21-1, 6 ते 17-2, 14 ते 25-5, 2 ते 13-11, 23-11 ते 4-12, 2-दिवसीय: 2021 19 ते 21-11, 17 ते 19-12, 2022 25 ते 27-2, 11 ते 13-3, 24 ते 26-6, 8 ते 10-7, 5 ते 7-8, 28 ते 30-10, 16 ते 18-12, किशोरचे शिविर: 2021 26-11 ते 4-12, 2022 1 ते 9-1, 9 ते 17-4, 5 ते 13-5, 20 ते 28-8, 26-9 ते 4-10, 14 ते 22-11, किशोरचे शिविर: 2021 23 ते 31-12, 2022 25-4 ते 3-5, 11 ते 19-6, 23 ते 31-7, 15 ते 23-9, 15 ते 23-10, 23 ते 31-12, धम्मसेवक कार्यशाळा: 2022 9 ते 11-9, किशोरसाठी: 2021 10 ते 12-12, किशोरसाठी: 2021 10 ते 12-12, धम्म सम्मेलन: 2022 18 ते 20-2,

धम्मनागाज्जुन -2 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: धम्मनागाज्जुन-1 च्या वरील पत्त्यावर: 10-दिवसीय: 2022 23-2, ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 8 ते 19-6, 22-6 ते 3-7, 6 ते 17-7, 20 ते 31-7, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 31-8 ते 11-9, 25-9 ते 6-10, 12 ते 23-10, **सतिपट्टान: 2022** 24-4 ते 2-5, 14 ते 22-9, कृतज्ञता-शिविर: 2022 2 ते 17-2, 2022 2 ते 17-2, ∞ दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 2022 4 ते 25-5, 30-दिवसीय: 2022 4-5 ते 4-6, 26-10 ते 26-11, 45-दिवसीय: 2021 13-12 ते 28-01, 2022 26-10 ते 11-12, 14-12 ते 29-1-23

मध्य भारत

धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डैम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गेडाम, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेंद्र हुमने, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फॅक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन; www.palpa.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 6 ते 17-11, 1 ते 12-12, 2022 9 ते 20-2, 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 20-4 ते

1-5, 18 ते 29-5, 1 ते 12-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 27-7 ते 7-8, 10 ते 21-8, 24-8 ते 4-9, 28-9 ते 9-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, ० सतिपट्टनः 20 ते 28-11, 2022» 14 ते 22-10, 3-दिवसीयः 2022» 3 ते 6-2, 12 ते 15-5, 8 ते 11-9, 27 ते 30-10, 1-दिवसीयः 2022» 20-2, 20-3, 17-4, 24-7, 4-9, 9-10, 27-11, किशोरांचे शिबिरः 2022» (मुले/मुली) 3 ते 11-5, 14 ते 22-6, बाल-शिबिरः 2022» (वय 8 ते 12 वर्ष) 29-5, 21-8, (वय 13 ते 16 वर्ष) 1-5, 12-6, रखरखाव सप्ताह 2022» 9 ते 13-10, जुन्या साधकांसाठी सहभागिता सेमिनार 2022» 25 ते 26-6,,

०० दीर्घ शिबिरः विशेष दस-दिवसीयः 2022» 14 ते 25-9, 20-दिवसीयः 2022» 30-11 ते 21-12, 30-दिवसीयः 2022» 30-11 ते 31-12, 45-दिवसीयः 17-12-2021 ते 1-2-2022.

धम्मरत : रतलाम (म.प्र.)

धम्मरत विपश्यना केंद्र, (रतलामपासून 15 कि.मी.) साई मंदिरामार्ग, गाव - धामनोद ता. सैलाना, जि. रतलाम-457001, फॅक्स: 07412-403882, Email: dhamma.rata@gmail.com संपर्कः 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अडवाणी, मोबा. 9826700116. दहा-दिवसीयः 19 ते 30-11, ० सतिपट्टनः 18 ते 26-12, 3-दिवसीयः 26 ते 29-12, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हे रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

विपश्यना धम्मगुना, गाव- पगारा, 12 कि.मी. गुना-ग्वालियर संभाग. संपर्कः श्री विवेक 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-दिवसीयः 19 ते 30-11, 10 ते 21-12,

धम्मकेतु : दुर्ग (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, थनोद, व्हाया-अंजौरा, जिल्हा-दुर्ग, छत्तीसगढ-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in दहा-दिवसीयः 2021» 6 ते 17-11, 21-11 ते 2-12, 6 ते 17-12, 20 ते 31-12, 2022» 3 ते 14-1, 5 ते 16-3, 3 ते 14-4, 18 ते 29-4, 12 ते 23-6, 3 ते 14-7, 17 ते 28-7, 31-7 ते 11-8, 14 ते 25-8, 4 ते 15-9, 18 ते 29-9, 1 ते 12-10, 13 ते 24-10, 6 ते 17-11, 20-11 ते 1-12, 4 ते 15-12, 18 ते 29-12, ० सतिपट्टनः 2022» 15 ते 23-1, 3-दिवसीयः 2022» 17 ते 20-3, किशोरांचे शिबिरः 2022» 29-5 ते 6-6, 1-दिवसीयः 2021» 20-11, 2022» 2-1, 1-5, 16-5, 26-6, 28-8, ० बाल-शिबिरः 2021» 19-11, 18-12, 2022» 27-3, 17-4, 3-5, 28-10, धम्मसेवक कार्यशाळा: 2021» 5-12, 2022» 30-10, ० दीर्घ-शिबिरः 30-दिवसीयः 2022» 30-1 ते 2-3, संपर्कः 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706,

धम्मगढ : बिलासपुर (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, बिलासपुर शहरापासून 23 कि.मी. आणि कारगी रोड रेल्वे स्टेशन पासून 8 कि.मी. भरारी, व्हाया मोहनभाटा, ता. तखतपुर, जिल्हा-बिलासपुर. Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दस-दिवसीयः 2021» 2 ते 13-12, 17 ते 28-12, 2022» 6 ते 17-1, 27-1 ते 7-2, 10 ते 21-2, 3 ते 14-3, 31-3 ते 11-4, 17 ते 28-6, 7 ते 18-7, 21-7 ते 1-8, 7 ते 18-8, 1 ते 12-10, 1 ते 12-12, 17 ते 28-12, ० सतिपट्टनः 2021» 13 ते 21-11, 2022» 12 ते 20-11, 3-दिवसीयः 2022» 17 ते 20-3, किशोरांचे शिबिरः 2022» 5 ते 13-6, 1-दिवसीयः 2021» 7-11, 2022» 23-1, 3-4, # बाल-शिबिरः 2021» 28-11, 2022» 24-4, 1-5, 16-10, 27-11,

० दीर्घ-शिबिरः 20-दिवसीयः 2022» 9 ते 30-9, संपर्कः 1) श्री एस मेश्राम, मोबा. 79748-34238, 2) श्री के के साहू, मोबा. 9752047511,

धम्मउत्कल : खरियार रोड (उडीसा)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चानबेरा पो. अमसेना, (व्हाया) खरियार रोड जिल्हा: नुआपाडा, उडीसा-766106, संपर्कः 1) श्री. हरिलाल साहू, मोबा. 09407699375, Email: harilal.sahu@gmail.com 2) श्री. प्रफुल्लदास, मोबा. 7077704724, दहा-दिवसीयः 10 ते 21-11, 1 ते 12-12, 16 ते 26-12,

धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चन्द्र दत्ता रोड, पनिहटी, बारी मंदिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दहा-दिवसीयः 3 ते 14-11, 17 ते 28-11, 1 ते 12-12, 15 ते 26-12, 29-12 ते 9-1, 1-दिवसीयः 14-11, 12-12, # बाल-शिबिरः 28-11, 26-12, संपर्कः कार्यालय: टोबॅको हाऊस, 5 वा माळा रूम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉर्नर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317,

एक-दिवसीय शिबिर आणि सामूहिक सत्रांचे आयोजन ऑनलाइन होईल

रविवारः 9 जानेवारी, 2022 पूज्य माताजींची 6वी आणि सयाजी ऊ बा खिन यांची 51वी पुण्यतिथी निमित्ताने पगोडा मध्ये महाशिबिर आणि सामूहिक साधनाचे आयोजन ऑनलाइन होईल. यांची तारीख आणि लिंक whatsapp द्वारे आपल्याला वेळेत कळवली जाईल. समगानं तपो सुखो- सामूहिक तप-सुखाचा लाभ घ्यावा. (सध्या पगोडा मध्ये दररोज एक दिवसीय शिबिर होत आहेत). नाव नोंदणीसाठी कृपया निम्न फोन क्रमांक किंवा ईमेल द्वारे ताबडतोब संपर्क करा. कृपया नाव नोंदणी न करता येऊ नये. बुकिंग-संपर्कः 022-2845 1170, 022-6242 7544- Extn. no. 9, मो. 82918 94644. (फोन बुकिंग- प्रतिदिन 11 ते 5 वाजे पर्यंत)

(सूचना: कोविड-19 काळात सरकारी आदेशानुसारच कार्यक्रम होतील. साधकांनी त्यानुसार निर्णय घ्यावा आणि बुकिंग विषयी पुन्हा कन्फर्मेशन करावे.)

मोबाईल ॲप मध्ये नवीन सुधारणा

विपश्यना विशेषण 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>

पगोड्या जवळ 'धम्मालय' अतिथि-गृहा मधे उपलब्ध निवास-सुविधा

पवित्र बुद्ध-धातू आणि बोधिवृक्षाच्या सानिध्यात राहून गंभीर साधना करण्यास इच्छुक असलेल्या साधकांसाठी 'धम्मालय' अतिथिगृहात निवास, भोजन, नाष्टा इत्यादींची उत्तम व्यवस्था उपलब्ध आहे. अधिक माहिती आणि बुकिंगसाठी खालील पत्त्यावर संपर्क करा- श्री जगजीवन मेश्राम, धम्मालय, ग्लोबल विपश्यना पगोडा, एस्सल वर्ल्ड जेटी, गोरार्ड विलेज, बोरीवली (प.) - 400091. फोन. +91-22-50427599/598 (धम्मालय रिसेप्शन) पगोडा-कार्यालय- +91-22-50427500. Mob. 9552006963/7977701576. Email- info.dhammalaya@globalpagoda.org

महत्त्वपूर्ण सूचना

GVF 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 धातू-गम्भ 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 निवास-गृहाचे 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.

विपश्यना पगोडा परिचालनार्थ “संचुरीज कॉर्पस फंड”

‘ग्लोबल विपश्यना पगोडा’चा दैनंदिन खर्च सांभाळण्यासाठी पूज्य गुरुजींच्या निर्देशानुसार एका ‘संचुरीज 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 एकल 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 इत्यादीं प्रेरणाजनक माहिती प्रकाशित करते, ज्याने साधकांची धर्म पथावर उत्तरोत्तर प्रगती होत रहावी.

या सर्व कार्याला सुरु 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

चल साधक चालत रहा, देश आणि परदेश ।
धरम चारिकेने निघे, अंतरीचे च क्लेश ॥
उठ, जाग, आळस च त्याग, मंगल असे प्रभात ।
मिटे तम रे पापाचे, गेली काळ राळ ॥
शीला मध्ये कल्याण रे, समाधीत च कल्याण ।
प्रज्ञा तर कल्याणच रे, प्रकटे पद निर्वाण ॥
विमल धर्माचा ज्योतिधर, मंगल असे प्रभात ।
दुखहर, भयहर, तिमिरहर, अरुण तरुण नवजात ॥

दोहे धर्माचे

चल साधक चालत रहा, जन सेवेचे काम ।
आता कुठे विश्राम रे, कुठला रे आराम ॥
जनांची च सेवा करी, जीवनाचे च ध्येय ।
हेच माझे रे श्रेयस, हेच माझे च प्रिय ॥
चल भिक्षू, चालता राहा, आता कुठे विश्राम ।
बहुजन हितसुख कारणी, आराम रे हराम ॥
कर तयारी निघण्याची, सोड रे जंजाळ ।
प्रतिपळ प्रज्ञा जागे, होशच रे सांभाळ ॥

“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 2565, आश्विन पौर्णिमा, 20 ऑक्टोबर, 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 Igatpuri-422 403, Dist. Nashik (M.S.) (किरकोळ विक्री होत नाही)

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

DATE OF PUBLICATION: 20 OCTOBER, 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>