



विपश्यना

साधक मराठी

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

साधकांचे
मासिक प्रेरणा पत्र

बुद्धवर्ष 2565, माघ पौर्णिमा (ऑनलाइन), 16 फेब्रुवारी, 2022, वर्ष 5, अंक 11

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

धम्मवाणी

उत्तिट्टे नप्पमज्जेय्य, धम्मं सुचरितं चरे।

धम्मचारी सुखं सेति, अस्मिं लोके परमिह च ॥

— धम्मपदपाळि-168, लोकवग्गो.

उठा (उत्साही बना) प्रमाद न करता सुचरित धर्माचे आचरण करा. धर्मचारी या लोकी आणि परलोकी (दोन्ही ठिकाणी) सुखपूर्वक विहार करतात.

बाबू भैया यांना लिहिलेल्या पत्रांचे काही अंश (क्रमशः)

भारतातील शिबिरांविषयी सयाजी ऊ बा खिन यांना कळविण्याच्या हेतूने पूज्य गुरुजींद्वारे बाबू भैया (मोठे भाऊ श्री बाबूलाल) यांना लिहिलेल्या खालील पत्रांमधून हे स्पष्ट होते की, पूज्य गुरुजींनी त्या दिवसांत छोट्या-मोठ्या सर्व शिबिरांना जितक्या समतेने संचालित केले तितक्याच धर्म, धैर्य आणि प्रज्ञेच्या बळाने स्थानिक लोकांना संबोधित करताना त्यांना धर्मपथावर अग्रेसर होण्याचा मार्गही दाखवला. सुमारे पाच दशकांपूर्वी लिहिलेल्या या पत्रांमध्ये उल्लेखित शिबिरांची माहिती तसेच साधने-संबंधी सूचनांची उपयोगिता स्पष्ट आहे.

संपादक

ठिकाण : बाराचकिया (पूर्वी चंपारण्य, बिहार)

११ मार्च १९७०

बाबू भैया,

सादर प्रणाम !

अजमेर (राजस्थान) च्या शिबिरानंतर एक आठवडा दिल्ली मध्ये राहून मी आत्ताच बाराचकियाला पोहोचलो आहे. रात्रीच पूज्य गुरुदेवांच्या आशीर्वादाची तार मिळाली होती. मन प्रसन्नता आणि उत्साहाने भरून गेले. शिबिर उद्या संध्याकाळी ७.०० वाजता तिथल्या एका साखर कारखान्याचे मैनेजर श्री सरदार सिंह कोठारी यांच्या बंगल्यावर होईल. एखाद्या सार्वजनिक ठिकाणी न लावता, व्यक्तिगत निवास स्थानी शिबिर लावण्याची ही पहिलीच वेळ असेल. पूज्य गुरुदेव आणि माता सयामा यांच्या आशीर्वादाने सफलता प्राप्त होईलच. श्री कोठारी आणि त्यांची धर्मपत्नी दोघेही शिबिरामध्ये सम्मिलित होत आहेत. हेच दोघे यामध्ये रहात आहेत, यामुळे

अन्य कोणी साधना-हीन व्यक्ती न राहिल्या कारणाने कोणत्याही प्रकारची अडचण येण्याची आशंका नाही. या शिबिरामध्ये १०-१२ लोक स्थानिक असतील आणि काही बाहेरूनही येतीलच. नेहमी प्रमाणे निश्चित संख्या तर शिबिर आरंभ झाल्यावरच माहित होईल.

पुष्कर शिबिराचा समाचार

मी यामध्ये एक संक्षिप्त विवरण पुष्करच्या शिबिराचे आणि तेथील यात्रेचे लिहित आहे.

इच्छा होती की, पुष्करच्या शिबिरामध्ये स्वतःही सामील होऊन, स्वतःला बाह्य संपर्कापासून दूर करून निरंतर एक सप्ताह तरी बसावे परंतु असे होऊ शकले नाही. तसे बसण्यासाठी खूप वेळ मिळाला, अडचण फक्त निरंतरतेची झाली. मधे-मधे व्यत्यय येतच राहिला. एक तर थांबवण्याचा आदेश देऊनही पत्र येत राहिली आणि एक तार देखील आली ज्यामुळे कधी-कधी लिहिणे आवश्यक झाले आणि यामध्ये बराच वेळही गेला. दुसरी अडचण मोठी अनपेक्षित होती आणि ती अपरिहार्यही झाली. ती अशी होती, सार्वजनिक आयोजनांमध्ये भाग घेणे आणि ते देखील पुष्कर सोडून अजमेरमध्ये. तिथे जाण्या-येण्या मध्येच तीन-चार तास खर्च व्हायचे.

मी जयपूरहून टैक्सीने ५.३० वाजता अजमेरला पोहोचलो आणि ५.४५ला तिथल्या एका हायस्कूलमध्ये तसेच रात्रीच्या ७.३०वाजता दुसऱ्या एका हायस्कूलमध्ये प्रवचनाचे आयोजन केले होते. काही कारणास्तव किंवा काही मानवीय चुकांमुळे दुसऱ्या शाळेच्या आयोजनामध्ये मला घेऊन जाता आले नाही. त्यामुळे त्या शाळेच्या विद्यार्थ्यांव्यतिरिक्त नगरातील काही अन्य लोकही तासभर वाट पाहून निराशेने निघून गेले. शिबिर लागल्यानंतरच मला हा अप्रिय संवाद कळाला. आणि जेव्हा त्या दलाचे सदस्य मला भेटायला आले तेव्हा त्यांच्या

मी हेच समजाविले की, या ‘पुष्कर’

म्हणजे सरोवरामध्ये स्नान
करून कोणाची शुद्धी होत
नाही आणि ना ही मुक्ती.
या खोट्या भ्रमाला
यथाशीघ्र मिटवलेच
पाहिजे.

श।ळे मध्ये

एका नव्या

आयोजनामध्ये

संमिलित होण्याच्या

त्यांच्या आग्रहाला मी

टाळू शकलो नाही. याच

प्रकारे मुंबईचे साधक-

शिष्य श्री तापडिया यांचे मित्र

श्री तोष्णीवाल यांनी, पहिल्या

दिवसाच्या प्रवचनाचे सभापतीत्व

केल्यानंतर या गोष्टीचे वचन घेतले की

एक प्रवचन तिथल्या रोटरीक्लब मध्येही

व्हावे ज्याचे ते अध्यक्ष किंवा उपाध्यक्ष आहेत.

अजमेरच्या गांधी समितीनेही माझ्या एका सार्वजनिक

कार्यक्रमाचे आयोजन केले होते, परंतु शिबिर-स्थळापासून

ते खूप दूर असल्यामुळे त्यांना नाही म्हणावे लागले. परंतु जेव्हा

त्यांच्याच पुष्कर-शाखेने दबाव दिला तेव्हा थोडा वेळ त्यांना द्यावाच

लागला. याच प्रकारे शिबिर आरंभ होण्याच्या पहिल्या संध्याकाळी

आणि शिबिर समापनाच्या रात्रीही त्या ‘यादव धर्मशाळे’मध्येच

सार्वजनिक भाषण झाले ज्यामध्ये शिबिर झाले. जरी साधकांच्या

संख्येच्या दृष्टीकोनातून हे शिबिर सर्वात अधिक क्षीणकाय झाले

तरीही याच्या संयोजकांनी आणि उपरोक्त संस्थांनी याचा इतका

प्रचार केला की असा कुठे झाला नसेल.

मी माझ्या स्वभावानुकूल पुष्करच्या या तीनही भाषणांमध्ये

तिथल्या लोकांनाही वेळे-अनुकूल बदलण्याचा परामर्श दिला. मला

आशंका होती की एखाद्या आयोजनामध्ये कोणी न कोणी सैर-भैर

झालेला सदस्य काही उपद्रव उभा करेल, परंतु असे काही झाले

नाही. कटू गोष्टही कल्याणकारी असल्यामुळे सर्वांना प्रियच वाटली.

मी हेच समजाविले की, या ‘पुष्कर’ म्हणजे सरोवरामध्ये स्नान करून

कोणाची शुद्धी होत नाही आणि ना ही मुक्ती. या खोट्या भ्रमाला

यथाशीघ्र मिटवलेच पाहिजे. जे बंधू या कर्मकांडी कार्यामध्ये लागले

आहेत त्यांनी अन्य कोणत्या तरी कार्याकडे लक्ष द्यावे. मी त्यांना

‘सहकारी कृषी’ चा सल्ला दिला. त्या क्षेत्रामध्ये आधी कधी तांदूळ

आणि उसाची शेती होती, परंतु मागील काही वर्षांपासून पाण्याच्या

अभावी बंद झाली. जर काही सदस्यांनी मिळून सहकारी संस्था

उघडून पंप लावून पाण्याचा प्रबंध केला तर या कृषी-कार्यामध्ये ते

सफलता प्राप्त करू शकतील. त्या क्षेत्रामध्ये खूप मोठ्या संख्येने

गुलाब होतात आणि चांगल्या प्रतीचे पेरू देखील. गुलाबाचा गुलकंद,

गुलाबजल तसेच पेरूचा जाम इत्यादी बनविण्यासाठी लघु उद्योग

बसवले जाऊ शकतात. नव्या पिढीतील विवेकशील युवकांनी

यामध्ये रुची दाखवली परंतु काम करण्यामध्ये अनेक अडचणी तर

आहेतच. यांच्याच समुदायातील दोन प्रगतीशील युवक नेते माझ्या

आणि माझ्या विचारांच्या खूप निकट आले. एक वकील आहे आणि

दुसरा संगीत आणि वाद्य क्षेत्रातील उत्तम कलाकार. दोघांचे विचार

सरळ आहेत. मिथ्या दृष्टींवर पडलेला एक-एक आघात त्यांना
प्रिय आणि कल्याणकारीच वाटला.

याच प्रकारे बुद्धानुयाय्यांमध्ये भगवानांच्या मार्गाप्रति अज्ञानतेवर
मी जे काही म्हटले ते त्यांना हितकरच वाटले. ते बिचारे अनेक
पिढ्यांपासून सवर्णांच्या दमन चक्रामध्ये ज्या प्रकारे भरडले जात
होते त्यामुळे त्यांच्या मनात द्वेषपूर्ण भावावेशाची प्रतिक्रिया होणे
स्वाभाविक आहे. भगवानांनी तर सर्वांना हित साधणारी गोष्ट
सांगितली आहे. पण कोणी समजतील, मानतील आणि करतील
तेव्हा ना? यामुळे, ध्यान करताना वारंवार त्यांच्यासाठी करून
उत्पन्न झाले.

अशा प्रकारे सार्वजनिक आयोजनांमध्ये भाग घेताना आणि
व्यक्तिगत लोकांना भेटताना खूप वेळ ध्यानात लावू शकलो नाही.
विचार केला होता, पुष्कर सारखे ठिकाण जिथे माझ्या परीचयाचे
कोणी नाही, माझ्या एकांत ध्यानासाठी खूप उपयुक्त ठरेल. परंतु
शिबिर लावण्याचे काम मुळातच सार्वजनिक आहे. भले संमिलित
कोणी झाले नसेल परंतु सार्वजनिक प्रसिद्धीमध्ये तर काही अंतर
पडले नाही आणि जितके छोटे स्थान तितकीच अधिक प्रसिद्धी.
लोकांमध्ये कुतूहल जागणे स्वाभाविकच होते. म्हणूनच न केवळ
पुष्करमधील तर अजमेरमधील लोकही भेटण्यासाठी आणि चर्चा
करण्यासाठी येतच राहिले. त्यांना टाळणे ठीक नाही वाटले आणि
पाहिले की यामुळे काही अंशी लाभच होत आहे. काही स्थानिक
नेत्यांमध्ये जे साम्प्रदायिकतेचे कटू विष सामावलेले होते त्यांच्यात
निश्चितच काही मात्नेने कमी आली. एक-दोन नेत्यांनी तर माझ्या
समोरच आपल्या कट्टर विचारांचा कायमचा त्याग करण्याचे आणि
शुद्ध धर्माच्या व्यावहारिक पक्षावरच सारे बळ लावण्याचे आश्वासन
दिले. वार्तालापाचा हा लाभ तर झालाच. जरी मला पूर्ण एकांत
ध्यानाचा लाभ झाला नाही तरी जितके ध्यान करू शकलो त्यानेही
मन संतुष्ट, प्रसन्न झाले.

हो! या साधने दरम्यान साधकांना जे अनुभव आले त्यामध्ये
सांगण्यासारखे केवळ इतकेच आहे की, आनापान दिल्यावर छाबरा
यांना सर्व शरीरात विशेषकरून पायांमध्ये खूप असह्य पीडा उत्पन्न
झाली. दुसऱ्या दिवशी साधना केल्यानंतर पुन्हा आखडण्याच्या
वेदनेमुळे बेचैन होऊ लागले आणि हळू-हळू जमिनीवर लोळण घेऊ
लागले आणि पाहता पाहता एकदम निश्चल झाले. असे वाटले की जसे
संज्ञा-शून्य झाले आहेत आणि अशा अवस्थेत जवळ-जवळ अर्धा तास
पडून राहिले. विचित्र स्थिती होती. कोण त्यांना उठवेल? काही वेळाने
पाहिले की, पडल्या-पडल्याच कधी कधी थोडे डोळे उघडत होते. जणू
उठू इच्छित होते. मग पुन्हा डोळे मिटून निष्प्राण निपचित होत होते.
त्यांनी ५-७ वेळा असेच केले आणि मग उठून बसले, नमस्कार केला
आणि आपल्या खोलीमध्ये निघून गेले.

या व्यक्तीने सहाव्या संगीतीच्या वेळी बर्मांमध्ये दिड महिना
श्रामणेर रूपात महासी सयाडो यांच्या इथे साधना केली होती आणि
सांगितले की त्या वेळीही त्यांना सव्वा एक महिन्या नंतर सर्व शरीरात
खूप भयंकर पीडा उत्पन्न झाली होती आणि इतकी खाज सुटली की
संपूर्ण रात्र खाजवतच राहिले आणि बऱ्याच ठिकाणी जखमा करून
घेतल्या. त्यांनी सांगितले की आताही तशीच पीडा झाली परंतु तशी
खाज सुटली नाही.

चौथ्या दिवशी सकाळी त्यांच्या ओठांवर संवेदनेचा अनुभव होऊ

काही स्थानिक नेत्यांमध्ये जे साम्प्रदायिकतेचे कटू विष सामावलेले होते त्यांच्यात निश्चितच काही माझे नेते कमी आली. एक दोन नेत्यांनी तर माझ्या समोरच आपल्या कट्टर विचारांचा कायमचा त्याग करण्याचे आणि शुद्ध धर्माच्या व्यावहारिक पक्षावरच सारे बळ लावण्याचे आश्वासन दिले.

लागला. विपश्यनाही चिंगली जरी तासाभराचे अधिष्ठान त्यांना नेहमीच भारी पडले. सातव्या दिवशी त्यांना सुट्टी द्यावी लागली कारण सरकारी नोकरीच्या कामानिमित्त त्यांना मुंबईला जाणे अनिवार्य होते. तरीही त्यांना जे काही प्राप्त झाले त्यामुळे त्यांच्या मनात गहिरी आस्था जागली आणि या अपूर्ण साधनेला पूर्ण करण्यासाठी मन व्याकुळ झाले. त्यांनी वायदा केला आहे की कलकत्याच्या शिबिरामध्ये ते आपली पत्नी तसेच सासू-सासऱ्यासोबत अवश्य सम्मिलित होतील.

आग्रा येथील भिक्षू शीलभद्र, प्रतापगढ नंतर इथे दुसऱ्यांदा भाग घेण्यासाठी आले. त्यांनी अधिक गहिराईचा अनुभव घेतला.

त्यांच्या बरोबर स्वामी अखंडानंद नावाचे एक हिंदू संन्यासी ही सम्मिलित झाले. त्यांनी खूप वर्षांपासून संन्यास घेतला आहे आणि भिन्न भिन्न साधूंच्या बरोबर राहून अनेक प्रकारच्या साधना केल्या आहेत. विशेषकरून कबीर पंथीयांबरोबर राहिले आणि कुंडलिनी योग इत्यादींचा अभ्यास केला आहे. तीन दिवसांच्या आनापान मध्ये यांचे चित्त एकाग्र होऊ लागले आणि वेगवेगळ्या तऱ्हेचे दृष्टांतही होऊ लागले. चौथ्या दिवशी विपश्यना दिली तेव्हा धर्म धातूचा स्पर्श होताच ते बसल्या बसल्या एका धक्क्याबरोबर मागच्या बाजूला खाली धाडकन पडले. बरे झाले की डोके भिंतीला नाही लागले, जमिनीलाच लागले. डोक्यावरच्या जटांनी त्यांना वाचविले. हे पण त्याच अवस्थेत काही वेळ निपचित पडून राहिले. थोड्या वेळाने उठून विपश्यनेला लागले. भिक्षू शीलभद्र प्रमाणेच यांनाही विपश्यना मिळाली. पाचव्या दिवशी विपश्यनेमध्ये अधिष्ठान करताना यांच्या आतल्या आत प्रकाश प्रकट होऊ लागला आणि सारे अंतर्जगत दैदीप्यमान होऊन उठले. म्हणून अधिष्ठान पूर्ण होताच हे आपल्या जागेवरून त्वरित उठून माझ्याजवळ आले आणि भाव-विभोर होऊन नतमस्तक झाले. खूपच प्रसन्न मुद्रेने त्यांनी आपले अनुभव सांगितले, पण त्यांच्या मनाला खोलवर धक्का बसला जेव्हा मी या प्रकाशाला साधनेसाठी बाधक असल्याचे घोषित केले. इथे दिव्य ज्योतींचे इतके गहिरे महत्व आहे की, लोक त्यालाच साधनेची सिद्धी मानू लागतात. त्यानंतरही आगामी एक-दोन दिवसांच्या बैठकी मध्ये त्यांच्या सर्व शरीरात ज्योतींची तरंगे प्रवाहित होताना दिसत राहिली. बिचारे संन्यासी ! इतक्या वर्षांपासून घर-द्वार सोडून ज्या उपलब्धींच्या आकांक्षेने इतके कष्ट-साध्य प्रयत्न केले त्याच्या प्राप्तीवर सुखद संतुष्टीची अनुभूती होणे स्वाभाविक होते.

परंतु १० दिवस पूर्ण होता होता सारी स्थिती त्यांच्या लक्षात आली. विश्वास वाटतो की आता ते आपला अधिक वेळ या विपश्यनेच्या अभ्यासामध्ये लावून नितांत दुःख विमुक्तीच्या लक्ष्याकडे अग्रेसर होऊ लागतील.

भिक्षू शीलभद्र आणि संन्यासी अखंडानंद दोघेच्या दोघेही या पुष्कर शिबिराने इतके लाभान्वित झाले की त्यांनी मला त्यांचा आश्रम इटावा इथे एक शिबिर लावण्याचा खूप आग्रह केला. तिथे अनेक साधू-संन्याशांची मोठी मंडळी आहे आणि त्यांना असे वाटत होते की या कल्याणकारी मार्गाचा त्या सर्वांना धर्मलाभ मिळावा. मी म्हटले, आपण आश्रमात परतल्यावर त्या सर्वांशी बोलून मला पत्र लिहा. मी आपल्या पूर्व निश्चित कार्यक्रमानुसार ज्या गाडीने या बाजूला येणार होतो त्यामध्ये नाही येऊ शकलो, याउलट एक दिवस आधीच आपल्या एफ.आर.सी.ची अवधी वाढविण्यासाठी वाराणसीला यावे लागले. हे लोक ठरलेल्या गाडीच्या वेळेत मला भेटायला स्टेशनवर आले. मी तर नाही भेटू शकलो पण माझ्या सहाय्यकाला ते भेटले आणि इटावा मध्ये शिबिर लावण्याचे आग्रह भरलेले निमंत्रण पत्र देऊन गेले. एकीकडे इतक्या मोठ्या संख्येमध्ये या संन्यासींचे कल्याण होण्याचे आकर्षण आहे पण दुसरीकडे कलकत्याच्या शिबिरानंतर अन्य उत्तरदायित्वांचा इतका मोठा बोजा आहे की न जाणो मी त्यांची मागणी स्वीकारू शकेल की नाही. कलकत्याला गेल्यावरच या गोष्टींचा निर्णय घेऊ शकेन.

इथे रहात असताना एक माहिती या गोष्टीची ही झाली होती की कधी या प्रदेशात सर्व लोक बुद्धानुयायीच होते. काळ आणि परिस्थितींच्या फेर्याने इतके मोठे परिवर्तन केले की आज कोणाचाही या गोष्टीवर विश्वास बसत नाही. पुरातन तथ्याची कुठे काही लक्षणे दिसली तरी ती अशा तऱ्हेने गुंफलेली आहेत की ओळखणेही मुश्कील होऊन जाते. तरीही काही गोष्टी अशा आहेत ज्या घडलेल्या घटना दर्शवतातच आणि जे समजदार असतात ते समजून जातातच.

तुमचा अनुज,
सत्यनारायण गोयंका

00000000000000000000000000000000

मंगल मृत्यू

१. डॉ. भीमसी गांगजी सावला, धम्मसिंधू गुजरातचे केंद्र आचार्य, तसेच त्या क्षेत्राचे समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य, २ जानेवारी २०२२ ला ९४ वर्षांच्या पक्क वयामध्ये दिवंगत झाले. त्यांनी पहिले शिबिर १९७२मध्ये केले होते आणि १९८२मध्ये ते सहायक आचार्य म्हणून नियुक्त झाले. त्यांनी भारतात अनेक शिबिरे लावण्याव्यतिरिक्त पुष्कळ अकेंद्रीय शिबिरांच्या व्यवस्थेचा भार सांभाळला, ज्यामध्ये अनेक जैन मुनी, साध्वी आणि मोठ्या संख्येमध्ये जैन गृहस्थ ही विपश्यनेने लाभान्वित झाले. या व्यतिरिक्त १९८२मध्ये कैनडा, १९८५मध्ये केनिया, १९९१मध्ये पनामा आणि १९९९मध्ये बहरीन आदि देशांमध्ये आपल्या धर्मपत्नी श्रीमती पुष्पाबेन यांच्यासोबत अनेक शिबिरांचे संचालन केले. ते खूपच उत्साही, शालीन आणि निःस्वार्थ सेवाभावी होते. त्यांनी लोकांची खूप सेवा केली. या महान पुण्याच्या फलस्वरूप ते निर्वाणलाभी होवोत !

२. भूजचे वरिष्ठ सहायक आचार्य डॉ. जय संघवी मागील १७ डिसेंबर २०२१ ला दिवंगत झाले. ते अनेक वर्षांपासून प्राकृतिक चिकित्सालय चालवित असताना गुजरातच नाही तर विश्वभरातील अनेक लोकांचा शारीरिक उपचार तर केलाच शिवाय त्यांना विपश्यना आणि आनापान शिकवून धर्मांमध्ये स्थापित करण्यामध्ये प्रमुख भूमिका निभावली.

त्यांनी पूज्य गुरुजींनाही आपल्या चिकित्सेने लाभान्वित केले. सहायक आचार्यांच्या रुपात शिबिरांचे संचालन करून अनेक लोकांचे कल्याण केले. अशा करुणापूर्ण सेवाभावी साधकाची धर्मपथावर उत्तरोत्तर प्रगती होत राहो, धर्म-परिवाराची हीच मंगल कामना!

3. बर्माच्या विपश्यनाचार्य प्रो. डॉ. डा सो म्या यी (८२) ५ जानेवारीला दिवंगत झाल्या. त्यांनी बाल-शिबिरांच्या क्षेत्रीय समन्वय आचार्य रुपात २००५ पासूनच खूप सक्रिय भूमिका निभावली आणि बाल-शिबिरांबरोबरच जेलमध्ये ही अनेक शिबिरांचे संचालन केले. त्यांनी अनेक बाल-शिबिर शिक्षकांना प्रशिक्षण दिले. धर्मपथावर त्यांची उत्तरोत्तर प्रगती होवो आणि त्या निर्वाणलाभी होवोत.

00000000000000000000000000000000

अतिरिक्त उत्तरदायित्व

- श्री बासुदेव शाह, स.आ. धम्म वेसाली वि. केंद्राच्या केंद्र आचार्यांती सहायता

नवे उत्तरदायित्व वरिष्ठ सहायक आचार्य

- श्री विनोद पारख, फरीदाबाद, हरियाणा
- श्री अनिल कुमार मौर्य, भदोही, उत्तर प्रदेश
- श्री भूमि धर, गोरखपुर, उत्तर प्रदेश
- श्री दीपक सानेर, नाशिक, महाराष्ट्र
- श्री बालकृष्ण गजभिये, नवी मुंबई
- श्रीमती उर्वीबेन सावजानी, राजकोट
- श्रीमती शीलाबेन शुक्ला, राजकोट
- श्रीमती चेतनाबेन मावडिया, राजकोट
- श्रीमती बेलाबेन वरसानी, राजकोट
- श्रीमती सरोजबेन राठोड, राजकोट
- श्रीमती शीला महाजन, आस्ट्रेलिया

नव नियुक्तियां

सहायक आचार्य

- श्री रविंदर बग्गा, फगवाडा, पंजाब
- श्रीमती श्यामा बग्गा, फगवाडा, पंजाब
- श्री वीरेश कुमार, अलीगढ, उत्तर प्रदेश
- श्री सिद्धार्थ राजत, नागपूर
- श्रीमती राज अरोरा, पुणे
- श्री कपिल धटिंगन, पुणे
- श्री विजय भाभे, नवी मुंबई
- श्रीमती जयश्री भाभे, नवी मुंबई
- श्री मनोज बेंगरुट, पुणे
- श्रीमती वैशाली हेंगडे, पुणे

बालशिविर शिक्षक

- श्रीमती पूजा छावडा, मुंबई
- श्री पंडू बकाकी, युगांडा, दक्षिण अफ्रीका

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 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, गोरगाई 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 राहवी.

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, ऍक्सिस 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>

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)

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 ॲड्रॉइड फोनसाठी उपलब्ध आहेत आणि लवकरच आयओएस (आय फोन) साठी सुद्धा उपलब्ध होतील.

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

पगोड्याजवळ ‘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, एस्सेल वर्ल्ड जेटी, गोरगाई विलेज, बोरीवली (प.) - 400091. फोन. +91-22-50427599/598 (धम्मालय रिसेप्शन) पगोडा-कार्यालय- +91-22-50427500. Mob. 9552006963/7977701576. Email- info.dhammalaya@globalpagoda.org

स्थानिक मागणी लक्षात ठेऊन ज्या केंद्रात एकट्या निवासाची सोय असेल, ते केंद्र या गंभीर शिविराला आपल्या कार्यक्रमात पलिकेत 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@giri.dhamma.org (नोंदणीविना प्रवेश बिल्कुल नाही) दहा-दिवसीय: 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: 6 ते 14-10, धम्मसेवक व ट्रस्टी कार्यशाळा: 15 ते 16-10, समन्वयक क्षेत्रीय आचार्य व आचार्य समेलन: 13-12-2022, सहायक आचार्य समेलन: 14 ते 16-12-2022, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 17 ते 20-12-2022, प्रशिक्षक कार्यशाळा: 21-12-2022, कृतज्ञता-शिविर: 2 ते 17-2, ० दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 13 ते 24-7,

धम्मगिरि : इगतपुरी, लघु शिविर क्षेत्र

किशोरींचे शिविर: 19 ते 27-4, 24-5 ते 1-6, 21 ते 29-7, 22 ते 30-9, 22 ते 30-11, किशोरांचे शिविर: 21 ते 29-3, 13 ते 21-5, 22 ते 30-6, 23 ते 31-8, 22 ते 30-10, 27-12 ते 4-1-2023, (गंभीर सुचना- ० कृपया लक्ष द्या की धम्मगिरि बुकिंग केल्याशिवाय येऊ नये, परत पाठवतांना शिविरांसाठी लास होतो व आम्हालाही. ० ज्या क्षेत्रात केंद्र आहे, त्या क्षेत्राच्या लोकांनी तेथेच आवेदन करावे. विशेष कारणाने धम्मगिरि तेथेच 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)

दहा-दिवसीय एकजीवित्व शिविर: 7 ते 18-2, ० सतिपट्टान: 27-6 ते 5-7, ० दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 24-9 ते 5-10, 20-दिवसीय: 26-2 ते 19-3, 9 ते 30-7, 30-दिवसीय: 25-3 ते 25-4, 8-5 ते 8-6, 4-8 ते 4-9, 45-दिवसीय: 8-5 ते 23-6, 4-8 ते 19-9, 21-12 ते 5-2, 60-दिवसीय: 11-10 ते 11-12,

धम्मतपोवन-2 : इगतपुरी (महाराष्ट्र)

० सतिपट्टान: 10 ते 18-4, दहा-दिवसीय एकजीवित्व शिविर: 29-10 ते 9-11, ० दीर्घ-शिविर: विशेष दस-दिवसीय: 27-4 ते 8-5, 20-दिवसीय: 12-5 ते 2-6, 1 ते 22-10, 30-दिवसीय: 20-2 ते 23-3, 7-6 ते 8-7, 12-11 ते 13-12, 45-दिवसीय: 20-2 ते 7-4, 7-6 ते 23-7, 60-दिवसीय: 29-7 ते 28-9, 17-12 ते 16-2,

धम्मपत्तन : गोरगई, बोरीवली, मुंबई

धम्मपत्तन, विपश्यना केन्द्र, एसेल वर्ल्ड के पास, गोरगई 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 एकजीवित्व शिविर: 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: 12 ते 20-3, 1 ते 9-8, 3-दिवसीय: 12 ते 15-8, कृतज्ञता शिविर 20-दिवसीय: 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 स्वीकृती मिळाली, त्यांनीच यावे आणि ज्यांना स्वीकृती मिळाली नाही, त्यांनी कृपया कोणत्याही प्रकारचा आग्रह करू नये. ० कृपया आपला आपत्कालीन फोन-संपर्क (शंजाराचा असला तरी) अवश्य लिहावा.)

एक दिवसीय शिविर : ग्लोबल विपश्यना पॅगोडा, गोरगई गांव, मुंबई प्रत्येक रविवारी- सकाळी 11 ते सायं 4 वाजेपर्यंत (पॅगोड्याच्या घुमटात होते, त्यामुळे साधकांना भगवान बुद्धांच्या पावन धातुंच्या 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.

येणाऱ्या दर्शकांसाठी लघु आनापान शिविर

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 सलात बसणे अनिवार्य आहे

धम्मविपुल : बेलापुर (नवी मुंबई)

प्लॉट नं. 91 ए; सेक्टर 26, पारसीक हिल, सीबीडी बेलापुर, (पारसीक हिल, सीवड दाराचे रेल्वे स्टेशन जवळ हर्बर 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: 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, 1-दिवसीय: प्रत्येक रविवारी. सामू. साधना: दररोज सकाळी: 9 ते राती 9 पर्यंत, साधक आपल्या वेळेनुसार येऊन ध्यान करू शकतात, ० कृतज्ञता-शिविर 20 दिवसीय: 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: मोबाइल: 97730-69978, 9004620434, केवळ कार्यालयाच्या दिवशी- 12 ते सायं 6 वाजेपर्यंत. दहा-दिवसीय: 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, 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, ० सतिपट्टान: 11 ते 19-6, ० दीर्घ-शिविर: विशेष दहा-दिवसीय: 20 ते 31-8, 20-दिवसीय: 27-10 ते 17-11, 30-दिवसीय: 20-11 ते 21-12, 45-दिवसीय: 20-11 ते 5-1-2023,

धम्मसरिता : खडावली (ठाणे) म. रे.

धम्मसरिता विपश्यना केंद्र, जीवन संध्या मंगल संस्थान, मातोश्री वृद्धश्रम, सौरागांव, पोस्ट पड्या, ता. भिवंडी, जि. ठाणे-421101 online registration www.sarita.dhamma.org registration Email: dhamma.sarita@gmail.com, info@sarita.dhamma.org, संपर्क: मोबा. 91- 77983-24659, 77983-25086, संपर्क: 25008868/25011096/25162505, दहा-दिवसीय: 2 ते 13-3, 16 ते 27-3, 30-3 ते 10-4, 13 ते 24-4, 1 ते 12-6, 15 ते 26-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 27-7 ते 7-8, 2-दिवसीय: 27 ते 30-4, किशोरींचे शिविर: 3 ते 11-5, किशोरांचे शिविर: 14 ते 22-5, # 2-दिवसीय बाळ शिविर: (केवळ मुले) 25 ते 26-5, (केवळ मुली) 28 ते 29-5,

धम्म वाटिका : पालघर

पालघर विपश्यना केंद्र, गट नं. 198-2/ए, अल्पाली क्रिकेट ग्राउंडच्या मागे, अल्पाली, पालघर-401404, संपर्क केंद्र 91 9637101154, Email: info@vatika.dhamma.org, संपर्क: 1) श्री इराणी, मो. 9270888840, 2) श्री अनिल जाधव, मो. 91 9049151464, Website: vatika.dhamma.org, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 26-2 ते 9-3, 9 ते 20-4, 6 ते 17-5, 21-5 ते 1-6, 22-6 ते 3-7, 6 ते 17-7, 20 ते 31-7, 6 ते 17-8, 19 ते 30-9, 8 ते 19-10, 29-10 ते 9-11, 26-11 ते 7-12, 24-12 ते 4-1-23 (केवळ स्त्रियां) 23-4 ते 4-5, 8 ते 19-6, 5 ते 16-9, 12 ते 23-11, 10 ते 21-12, #ST: (केवळ पुरुष) 21 ते 29-3, 21 ते 29-8, 3-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 11 ते 14-3,

धम्मनन्द : पुणे (महाराष्ट्र)

पुणे विपश्यना केंद्र, (नोंदणीविना प्रवेश नाही) मरळक गावाजवळ, आळंदी पासून 8 कि.मी. दहा-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 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) 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) 29-10 ते 6-11, (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 26-2 ते 6-3, 3-दिवसीय: 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; टेलिफॅक्स: 24464243.

धम्मपुण्य : पुणे शहर (स्वारगेट)

पुणे विपश्यना समिती, नेहरू स्टेडियमसमोर, स्वारगेट वॉटर वर्क्सच्या मागे, आनंद मंगल कार्यालयाजवळ, दादावाडी, पुणे-411002. फोन: (020) 24436250. Email: info@punna.dhamma.org दस-दिवसीय: (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 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) 20-2 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 1-12, 18 ते 29-12, ० सतिपट्टान: 4 ते 12-9, 3-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 13 ते 16-10, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 27 ते 30-10, 2-दिवसीय: (केवळ हिंदी व मराठी भाषी) 2 ते 4-6, (केवळ हिंदी व इंग्रजी भाषी) 15 ते 17-9, किशोरींचे शिविर: 1 ते 9-5, किशोरींचे शिविर: 15 ते 23-5, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या गुरुवारी 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

10 ते 21-3-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
6 ते 17-4-2022	धम्मनाग - नागपुर (महाराष्ट्र)
10 ते 21-4-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
15 ते 26-4-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
27-4 ते 8-5-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 ते 12-6-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
19 ते 30-6-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
25-6 ते 6-7-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
13 ते 24-7-2022	धम्मगिरि - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
14 ते 25-7-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
19 ते 30-7-2022	धम्मलक्खण - लखनऊ (उ. प्र.)
2 ते 13-8-2022	धम्मअजय - चंद्रपुर (महाराष्ट्र)
9 ते 20-8-2022	धम्मभण्डार - भंडारा (महाराष्ट्र)
16 ते 27-8-2022	धम्ममल्ल - यवतमाल (महाराष्ट्र)
20 ते 31-8-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाळा
20 ते 31-8-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
29-8 ते 9-9-2022	धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात
24-9 ते 5-10-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 ते 17-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
9 ते 20-10-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
11 ते 22-10-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
12 ते 23-10-2022	धम्मसेतु - चेन्नई (तमिलनाडु)
12 ते 23-11-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
20-11 ते 1-12-2022	धम्मकल्याण - कानपुर (उ. प्र.)
14 ते 25-12-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
20 ते 31-12-2022	धम्मपुब्बज - चूरू (राजस्थान)
28-12 ते 8-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 ते 8-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)

31-5-2024 ते 10-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
कृतज्ञता शिबिर	
1 ते 16-2-2023	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
2 ते 17-2-2023	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
2 ते 17-2-2023	धम्मपाटलिपुत्र - पटना (बिहार)
2 ते 17-2-2023	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुन सागर (तेलंगाना)
20-दिवसीय	
23-2 ते 16-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
26-2 ते 19-03-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 ते 22-3-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
19-4 ते 10-5-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
4 ते 25-5-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुन सागर (तेलंगाना)
4 ते 25-5-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
12-5 ते 2-6-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1 ते 22-6-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
9 ते 30-7-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
10 ते 31-7-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
17-7 ते 7-8-2022	धम्मकानन - बालाघाट (म.प्र.)
1 ते 22-8-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
1 ते 22-8-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
3 ते 24-8-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
8 ते 29-9-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
8 ते 29-9-2022	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
13-8 ते 3-9-2022	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
16-8 ते 6-9-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
19-8 ते 9-9-2022	धम्म अम्बिका - दक्षिण गुजरात, गुजरात
9 ते 30-9-2022	धम्मगढ़ - बिलासपुर (छत्तीसगढ़)
1 ते 22-10-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
6 ते 27-10-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
27-10 ते 17-11-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
28-10 ते 17-11-2022	धम्मसरोवर - धुळे (महाराष्ट्र)
28-10 ते 18-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)
1 ते 22-12-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
4 ते 25-12-2022	धम्मलक्षणा - लखनऊ (उ.प्र.)
28-12 ते 18-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 ते 18-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 ते 20-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
30-दिवसीय	
20-2 ते 23-3-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
23-2 ते 26-3-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
27-2 ते 30-3-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 ते 31-3-2022	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
25-3 ते 25-4-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
4-5 ते 4-6-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
4-5 ते 4-6-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-5 ते 8-6-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
28-5 ते 28-6-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
1-6 ते 2-7-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
7-6 ते 8-7-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
10-7 ते 10-8-2022	धम्म पुष्कर - पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)
16-7 ते 16-8-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
1-8 ते 1-9-2022	धम्मबोधि - बोधगया (बिहार)
3-8 ते 3-9-2022	धम्मदिवाकर - मेहसाणा (गुजरात)
4-8 ते 4-9-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
16-8 ते 16-9-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
28-8 ते 28-9-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
7-9 ते 8-10-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
8-9 ते 9-10-2022	धम्मपाल - भोपाल (म.प्र.)
26-10 ते 26-11-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
28-10 ते 28-11-2022	धम्मथली - जयपुर (राजस्थान)

30-10 ते 30-11-2022	धम्मचक्र - सारनाथ (उ.प्र.)
5-11 ते 6-12-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
12-11 ते 13-12-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
20-11 ते 21-12-2022	धम्मवाहिनी - टिटवाला
28-12 ते 28-1-2023	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
28-12-2023 ते 28-1-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
31-5-2024 ते 30-6-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
45-दिवसीय	
20-2 ते 7-4-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
23-2 ते 10-4-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
27-2 ते 14-4-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
28-2 ते 15-4-2022	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
8-5 ते 23-6-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-6 ते 17-7-2022	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
7-6 ते 23-7-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
4-8 ते 19-9-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
16-8 ते 1-10-2022	धम्मालय - कोल्हापुर (महाराष्ट्र)
7-9 ते 23-10-2022	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
15-10 ते 30-11-2022	धम्मसुवत्थी - श्रावस्ती (उ.प्र.)
26-10 ते 11-12-2022	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
27-10 ते 12-12-2022	धम्मपट्टान - सोनीपत (हरियाणा)
5-11 ते 21-12-2022	धम्मपीठ - अहमदाबाद (गुजरात)
20-11 ते 5-1-2023	धम्मवाहिनी - टिटवाला
14-12-22 ते 29-1-2023	धम्म नागाज्जुन -2 - नागार्जुनसागर (तेलंगाना)
21-12 ते 5-2-2023	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
1-1-2-22 ते 16-2-2-23	धम्मसिन्धु - मांडवी-कच्छ (गुजरात)
31-5-2024 ते 15-7-2024	धम्मखेत - हैदराबाद (तेलंगाना)
60-दिवसीय	
29-7 ते 28-9-2022	धम्मतपोवन-2 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
11-10 ते 11-12-2022	धम्मतपोवन-1 - इगतपुरी (महाराष्ट्र)
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: 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, १ सतिपट्टान: 4 ते 12-4, 2-दिवसीय: 15 ते 17-4, किशोरांचे शिबिर: 16 ते 24-5,	
धम्मसरोवर : धुळे (महाराष्ट्र)	
खान्देश विपश्यना साधना केंद्र, डेडरगांव जलशुद्धिकरण केंद्राजवळ, मु. पो. तिखी, जिल्हा- धुळे, पिन: 424002; (नोंदणीविना प्रवेश नाही) (केंद्रापर्यंत जाण्यासाठी पाच कंदीलजवळ “शेरे पंजाब लॉज” जवळ पोहोचावे तिथून तिखी गावासाठी ऑटोरिक्षा भेटतात.) दहा-दिवसीय: 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, १ सतिपट्टान: 20 ते 29-3, 19 ते 28-6, 31-7 ते 9-8, 18 ते 27-12, 2-दिवसीय: 4 ते 6-5, 27 ते 29-8, 2 ते 4-10, # 1-दिवसीय बाळ-शिबिर: 1-5, 21-10, 29-12, 30-12, ∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 20-दिवसीय: 28-10 ते 17-11, संपर्क: डॉ. देवरे, फोन: 222861, मोबा. 99226-07718, Email: info@sarovara.dhamma.org	
धम्मसिद्धपुरी : भाटेगाव, सोलापुर	
धम्मसिद्धपुरी विपश्यना ध्यान केंद्र, ऑफ विजापुर रोड, भाटेगाव जवळ, सोरेगाव - डोंगगाव चा रस्ता, सोरेगाव पासून 4 कि.मी. ता. उत्तर सोलापुर, जिला. सोलापुर-413002, Email: solapurvipassana@gmail.com, संपर्क: 1) श्री सम्राट पाटील, मोबा. 7620592920, 9011908000, 2) श्री भालचंद्र उकरदे, मोबा. 9860759866, दहा-दिवसीय: (केवळ पुरुष) 2-3 ते 13-3, 30-3 ते 10-4, 1 ते 12-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 17 ते 28-8, 31-8 ते 11-9, 28-9 ते 9-10, 16 ते 27-11, 30-11 ते 10-12, 28-12 ते 8-1-2023, (केवळ स्त्रियां) 16 ते 27-3, 13 ते 24-4, 15 ते 26-6, 3 ते 14-8, 14 ते 25-9, 2 ते 13-11, 14 ते 25-12, १ सतिपट्टान: 26-4 ते 4-5, 12 ते 20-10, 3-दिवसीय: 28 ते 31-7, 2-दिवसीय: 6 ते 8-5, 28 ते 30-10, किशोरांचे शिबिर: 10 ते 18-5, किशोरांचे शिबिर: 21 ते 29-5,	
धम्मालय : कोल्हापुर (महाराष्ट्र)	
दक्खिन विपश्यना अनुसंधान केंद्र, (नोंदणीविना प्रवेश नाही) रमलिंग रोड, आलते पार्क, आलते, ता. हातकनंगले (रिव्हे स्टेशन), जि. कोल्हापूर- 416123. Email: info@alaya.dhamma.org, फोन: संपर्क: मोबा. 97674-13232. 9697933232, 7420943232, दहा-दिवसीय: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 19-2 ते 2-3, 6 ते 17-3, 20 ते 31-3, 3 ते 14-4, 17 ते 28-4, (1 ते 12-5 केवळ स्त्रियांसाठी), 20 ते 31-5, 3 ते 14-6, 17 ते 28-6, 1 ते 12-7, 15 ते 26-7, 29-7 ते 9-8, 6 ते 17-10, 28-10 ते 11-11, 12-11 ते 23-11, 26-11 ते 7-12, 10 ते 21-12, १ सतिपट्टान: (हिंदी व इंग्रजी भाषी) 22 ते 31-3, 3 ते 12-7, 8 ते 17-10, 3-दिवसीय: (हिंदी एवं अंग्रेजी भाषी) 14 ते 17-5, 19 ते 22-10, 26 ते 29-12, ∞ दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 16-8 ते 6-9, 30-दिवसीय: 16-8 ते 16-9, 45-दिवसीय: 16-8 ते 1-10,	

धम्मसुगंध : भोसे (सांगली)

सांगली विपश्यना साधना केंद्र, गट नं. 564, तलाव रोड, यल्लमा 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 पाटिल, मोबा. 9222161236, 2) श्री संजय चौगुले, मोबा. 7249711008, **दहा-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 2-दिवसीय: (1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी, स्थान: निशिधी मालवाडी पो, थिलवाडी, ता. पलसु जिल्हा:- सांगली) (1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात दुसऱ्या रविवारी # बाळ-शिबिर: प्रत्येक महिन्यात तिसऱ्या रविवारी (8 ते 15 वर्ष) सकाळी 9 ते दुपारी 3 पर्यंत स्थान: मानव राहत ट्रस्ट, तिसरा माळा, सौंदर्यल हॉस्पिटलजवळ, सांगली)

धम्मनाग : नागपुर (महाराष्ट्र)

नागपुर विपश्यना केंद्र, माहुरदारी गाव, नागपुर-कलमेश्वर रोडजवळ, Email: info@naga.dhamma.org, संपर्क: मोबाइल: 9403870195, 9422182336, 9370990771, 9423403294. (नोदणीविना प्रवेश नाही) **दहा-दिवसीय:** 23-2 ते 6-3, 23-3 ते 3-4, (केवळ जुने साधक पुरुष 6 ते 17-4,) 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, **सतिपट्टान:** 27-5 ते 4-6, 24-12 ते 1-1-2023, **3-दिवसीय:** 17 ते 20-3, 19 ते 22-12, **1-दिवसीय:** 16-5, **किशोरांचे शिबिर:** 3 ते 11-5, **किशोरांचे शिबिर:** 18 ते 26-5, **सहायक आचार्य कार्यशाळा:** 9 ते 13-3,

∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 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:** (केवळ पुरुष) 2 ते 13-3, (स्त्रियां व पुरुष) 1 ते 12-4, 1 ते 12-6, 6 ते 17-7, 3 ते 14-10, 20 ते 31-12, (केवळ स्त्रियां) 3 ते 14-8, 20 ते 31-8, 3 ते 14-9, 19 ते 30-9, (केवळ भिक्षु) 2 ते 13-11, **सतिपट्टान:** 23 ते 31-7, 7 ते 15-12, **3-दिवसीय:** 25 ते 28-2, 26 ते 29-3, 24 ते 27-11, **किशोरांचे शिबिर:** 4 ते 11-5, **किशोरांचे शिबिर:** 21 ते 29-5, **1-दिवसीय:** 20-3, 12-6, 13-11, 18-12, # **3-दिवसीय बाल-शिबिर:** (केवळ मुली 12 ते 15 वर्ष) 23 ते 26-6, (केवळ मुले 12 ते 15 वर्ष) 28 ते 31-10, # **बाल-शिबिर:** (केवळ मुले 8 ते 12 वर्ष) 24-4, (केवळ मुली 8 ते 12 वर्ष) 15-5, (मुले मुली 8 ते 12 वर्ष) 17-7, **सामू. साधना:** 14-4, 14-10, 6-12, प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9; # **बाल आनापान:** प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 8:45, **आनापान सामू. साधना:** दररोज सायं. 6 ते 7,

धम्ममल्ल : यवतमाल (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, धनश्री नगर, आय. टी. आय. मार्गे, पिंपळगाव बाणपास, यवतमाळ - 445001, संपर्क: 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डॉ. राजकुमार भात, मोबा. 9423432475. **दहा-दिवसीय:** (स्त्रियां व पुरुष) 19-2 ते 2-3, 4 ते 15-3, 1 ते 12-4, 19 ते 30-4, 2 ते 13-5, (केवळ भिक्षु व पुरुष 29-6 ते 10-7), 18 ते 29-7, (केवळ भिक्षुणी व स्त्रियां 2 ते 13-8), 10 ते 21-9, 7 ते 18-10, 5 ते 16-11, 21-11 ते 2-12, 7 ते 18-12, **सतिपट्टान:** (भिक्षु व पुरुष) 18 ते 26-5, (पुरुष व स्त्रियां) 23 ते 31-10, **3-दिवसीय:** 17 ते 20-3, 23 ते 26-6, **किशोरांचे शिबिर:** 6 ते 14-6, **1-दिवसीय:** 27-3, 17-4, 16-5, 17-6, 13-7, 28-8, 21-9, 20-11, 25-12, # **बाळ-शिबिर:** (केवळ मुले) 28 ते 29-5, (केवळ मुली) 18 ते 19-6, (मिल उपक्रमा बरोबर 17-7), 14-8, 25-9, 4-12,

∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 16 ते 27-8, संपर्क: 1) श्री ई. डी. गडलिंग, मोबा. 9422865661, 2) डा. राजकुमार भात, मोबा. 9423432475, 3) देवेन्द्र मेश्राम 9822235527.

चिटकी (वर्धा): **धम्मकुटी विपश्यना केंद्र**, चिटकी, पुलगाव, पो. कवठा, ता. देवळी, जि. वर्धा, **दहा-दिवसीय:** 26-10 ते 6-11, 24-11 ते 5-12, 20 ते 31-12, **सतिपट्टान:** 22 ते 30-3, संपर्क: श्री खंडारे, मोबा. 07158284372,

तुमसर (भंडारा): **दहा-दिवसीय:** 23-2 ते 6-3, 23-3 ते 3-4, 30-11 ते 11-12, 20 ते 31-12, # **बाळ-शिबिर:** 6-3, 3-4, 9-11, 11-12, स्थान: बुद्धविहार अॅण्ड वेलफेअर सेंटर, चुल्हाड, तुमसर, जि. भंडारा मोबा. 096236-68240, संपर्क: 1) श्री डोंगरे, मोबा. 6260450436, 2) श्री चौरे, मोबा. 98904-41071, 3) श्री विजु गोंडाने, मोबा. 096236-68240,

रोहणागांव (पवनी, भंडारा): **दहा-दिवसीय:** (9 ते 20-3 केवळ भिक्षु) 30 ते 10-4, 11 ते 22-5, 1 ते 12-6, 6 ते 17-7, 10 ते 21-8, 19 ते 30-10, 9 ते 20-11, 7 ते 18-12, **सतिपट्टान:** 17 ते 25-9, **3-दिवसीय:** 27 ते 30-4, 12 ते 15-9, स्थान: विसुधमगो विपस्सना चॅरिटेबल ट्रस्ट, व्दारा संवालिंत - धम्मपवन विपश्यना केंद्र, रोहणागांव (पवनी) जि. भंडारा, संपर्क: 1) श्री शैलेश कांबळे, मोबा. 9923268962, 2) श्री माधव रामटेके, मोबा. 9223349183,

धम्मभण्डार : भंडारा (महाराष्ट्र)

विपश्यना केंद्र, राहुल कॉलनी, रेल्वे लाइनजवळ, सहकार नगर, भंडारा 441904, **दहा-दिवसीय:** 1 ते 12-3, 19 ते 30-7, 6 ते 17-9, 11 ते 22-10, 15 ते 26-11, 7 ते 18-12, **सतिपट्टान:** 2 ते 10-4, 3 ते 11-11, **3-दिवसीय:** 17 ते 23-3, **1-दिवसीय:** 24-4, 16-5, 19-6, 21-8, 25-9, 27-11, 18-12, # **2-दिवसीय बाल-शिबिर:** 1 ते 2-5, # **1-दिवसीय बाल-शिबिर:** 27-2, 26-4, 10-5, 24-5, 14-6, 28-6, 31-7, 25-8, 9-10, 25-12,

∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 9 ते 20-8, संपर्क: सलूजा, 09423673572, चौर, 9890441071, विनोद, 9422833002, 7588749108,

धम्म निरंजन : नांदेड

विपश्यना साधना केंद्र, नई डंकीण (गोदावरी नदी के किनारे) नांदेड, संपर्क: 1) श्री दहिवेले, मोबाइल: 9423148636. 2) श्री भावे, मोबा. 9421572499, **दहा-दिवसीय:** (केवळ स्त्रियां) 2 ते 13-3, 15 ते 26-6, 17 ते 28-8, 16 ते 27-11, (पुरुष व स्त्रियां) 16 ते 27-3, 31-8 ते 11-9, 14 ते 25-9, 30-11 ते 11-12, (केवळ पुरुष) 30-3 ते 10-4, 6 ते 17-7, 5 ते 16-10, 14 ते 25-12, **सतिपट्टान:** 30-7 ते 7-8, **3-दिवसीय:** 9 ते 12-6, 27 ते 30-10, **2-दिवसीय:** 22 ते 24-7, 30-9 ते 2-10, **1-दिवसीय:** 16-4, 8-5, 22-5, 5-6, 3-7, 14-8, 23-10, 13-11, # **3-दिवसीय बाल-शिबिर:** (केवळ मुले) 1 ते 4-11, (केवळ मुली) 6 ते 9-11, # **2-दिवसीय बाल-शिबिर:** (केवळ मुले) 17 ते 19-4, (केवळ मुली) 22 ते 24-4,

धम्म वसुधा : हिवरा वर्धा

विपश्यना केंद्र, हिवरा पोस्ट झडशी, ता. सेलु, जि. वर्धा, Email: dhammavasudha@gmail.com 100, सागर, सुयोग नगर, नागपुर-440015. **दहा-दिवसीय:** 7 ते 18-10, 9 ते 20-11, 30-11 ते 11-12, **सतिपट्टान:** 5 ते 13-3, **1-दिवसीय:** 16-5, 13-7, 29-9, संपर्क: 1) श्री बांते, 9326732550, 9326732547. 2) श्री

काटवे, मोबा. 9890309738.

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, ऑनलाइन बुकिंग: https://www.dhamma.org/en/schedules/v2/schanakula#normal, Email: info.anakula@vridhamma.org **दहा-दिवसीय:** (पुरुष व स्त्रियां) 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 5 ते 16-5, 15 ते 26-6, (29-6 ते 10-7 केवळ भिक्षु), 13 ते 24-7, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 31-8 ते 11-9, 18 ते 29-9, 11 ते 22-10, 27-10 ते 7-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 20 ते 31-12, **सतिपट्टान:** 20 ते 28-4, 1 ते 9-10, **3-दिवसीय:** 28 ते 31-7, **2-दिवसीय:** 19 ते 21-2, 1 ते 3-5, 13 ते 15-9, **1-दिवसीय:** 20-3, 17-4, 16-5, 26-6, 14-8, 29-9, 22-10, 4-12, 31-12, **किशोरांचे शिबिर:** 1 ते 9-6, **किशोरांचे शिबिर:** 21 ते 29-5, # **1 दिवसीय बाल शिबिर:** 6-3, 24-7, 28-8, 20-11, 18-12, **कृतज्ञता-शिबिर:** 2 ते 17-2, संपर्क: 1) विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, सोगांव, फोन: 95798-67890, 98812-04125. 2) श्री आहद, मोबा. 94221-81970.

कोटंबा (यवतमाळ): दहा-दिवसीय: (पुरुष व स्त्रियां) 20 ते 31-3, 17 ते 28-4, 4 ते 15-5, 20 ते 31-5, 3 ते 14-6, 19 ते 30-6, 17 ते 28-7, 13 ते 24-8, 11 ते 22-9, 10 ते 21-10, 28-10 ते 8-11, 11 ते 22-12, **1-दिवसीय:** हर रविवार सुबह 8 ते 3 तक संपर्क: धम्मभूमि विपश्यना चॅरिटेबल ट्रस्ट, कोटंबा ता. बाभुळगांव जि. यवतमाळ-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:** 23-3 ते 3-4, 22-6 ते 3-7, 17 ते 28-8, 14 ते 25-9, 7 ते 18-10, 14 ते 25-12, **सतिपट्टान:** 9 ते 17-11, **1-दिवसीय:** 1-3, 3-4, 3-7, 28-8, 25-9, 18-10, 25-12, **धम्मसम्मेलन:** 17-4, **धम्मसेवक कार्यशाळा:** 8-5

मलकापुर: (अकोला) दहा-दिवसीय: (केवळ स्त्रियां) 2 ते 13-3, 2 ते 13-6, 24-11 ते 5-12, (केवळ पुरुष) 4 ते 15-5, **सतिपट्टान:** (केवळ स्त्रियां) 13 ते 21-8, **3-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 10 ते 13-11, स्थान: भद्रत 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 स्त्रियां) 25-3 ते 5-4, 19 ते 30-5, 19 ते 30-7, 22-9 ते 3-10, 22-12 ते 2-1, (केवळ पुरुष) 6 ते 17-3, 19 ते 30-4, 21-6 ते 2-7, 10 ते 21-10, **सतिपट्टान:** (केवळ पुरुष) 25-8 ते 2-9, (केवळ स्त्रियां) 9 ते 17-12, (केवळ भिक्षु) 15 ते 23-11, संपर्क: 1) श्री. जगन्नाथ गर्वई, मोबा. 07775928290, 2) श्रीमती ज्योतीताई वानखेडे, मोबा. 9921998803,

धम्मजळगांव : जळगांव

विपश्यना केंद्र, गट नं. 99/12, मैत्री हिल्स अजिंठा रोड, उमाळा गांव, ता. जि. जळगांव-425001, फोन: (0257) 2229477, मोबा. 9422292161, Email: dhammajalgaon@gmail.com, online registration www.jalgaon.dhamma.org, संपर्क: श्री सुभाष तलरेजा, मोबा. 7588436222, 7588009584, **दहा-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 4 ते 15-3, 3 ते 14-4, 1 ते 12-5, 5 ते 16-6, 3 ते 14-7, 7 ते 18-8, 4 ते 15-9, 2 ते 13-10, 6 ते 17-11, 4 ते 15-12, (केवळ स्त्रियां) 20-2 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 1-12, 18 ते 29-12, **सतिपट्टान:** (केवळ पुरुष) 27 ते 22-10, **3-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 27 ते 30-10, (केवळ स्त्रियां) 28 ते 31-7, 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 घर्डे, सुगतनगर, नगीनाबाग वाई, नं. 2, चंद्रपुर-442401, मोबा. 80071-51050, 9226137722, 2) श्री गौतम चिकटे, मोबा. 9421812541, 9422506476, **दहा-दिवसीय:** 24-2 ते 7-3, (केवळ भिक्षु 12 ते 23-3) 30-3 ते 10-4, 5 ते 16-5, 20 ते 31-5, 16 ते 27-6, 2 ते 13-7, 18 ते 29-7, 22-8 ते 2-9, 6 ते 17-9, 3 ते 14-10, 20 ते 31-10, 5 ते 16-11, 21-11 ते 2-12, 7 ते 18-12, 22-12 ते 2-1, **सतिपट्टान:** 15 ते 23-4, 20 ते 28-9, **किशोरांचे शिबिर:** 4 ते 12-6, **2-दिवसीय:** 15 ते 17-8, **धम्मसेवक कार्यशाळा:** 27-3, # **बाळ-शिबिर:** (केवळ मुले वय 8 ते 12 वर्ष) 28 ते 30-4, (केवळ मुली वय 8 ते 12 वर्ष) 1 ते 3-5, **1-दिवसीय मेघा:** 16-5, 13-7, 29-9, **1-दिवसीय:** 20-2, 24-4, 16-10, 4-12,

∞ दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 2 ते 13-8,

धम्मपदेस : पाली (रत्नागिरी)

कोंकण विपश्यना मेडीटेशन सेंटर, मू. पायट्ट, पो. पाली, जि. - रत्नागिरी - 415803, Email: info@pades.dhamma.org, Website: https://pades.dhamma.org, **दस-दिवसीय:** **सतिपट्टान:** संपर्क: 1. श्री संतोष आवर्ये 1) 9975434754/9960503598

महाड: **दस-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी सकाळी 10 ते दुपारी 3 वाजेपर्यंत # **बाल शिबिर:** प्रत्येक महिन्यात तीसऱ्या 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.

धम्मदेस : चिंचोली, हिंगोली

धम्मदेस विपश्यना केंद्र, चिंचोली, ता. हिंगोली, जि. हिंगोली, संपर्क: मोबा. 9405111373, 9420433905, 9881242487, **दस-दिवसीय:** (केवळ पुरुष) 20-2 ते 3-3, 2 ते 13-4, 1 ते 12-5, 5 ते 16-6, 3 ते 14-7, 7 ते 18-8, 4 ते 15-9, 20 ते 13-10, 13 ते 24-11, 18 ते 29-12, (केवळ स्त्रियां) 6 ते 17-3, 17 ते 28-4, 17 ते 28-5, 19 ते 30-6, 17 ते 28-7, 21-8 ते 1-9, 18 ते 29-9, 30-10 ते 9-11, 4 ते 15-12,

जयपुर एवं उत्तर भारत

धम्मथली : जयपुर (राजस्थान)

राजस्थान विपश्यना केंद्र, पो.बाँ. 208, जयपुर-302001, पंजीकरण संपर्क: मोबा. 0-99301-

17187, 9610401401, 9828804808, Email: info@thali.dhamma.org, Website: www.thali.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 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:** 29-3 ते 6-4, 7 ते 15-6, 19 ते 27-7, 12 ते 20-12, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 10 ते 21-4, 19 ते 30-6, 9 ते 20-10, 20-दिवसीय: 28-10 ते 18-11, 30-दिवसीय: 28-10 ते 28-11,

धम्म पुष्कर : पुष्कर (अजमेर, राजस्थान)

विपश्यना केन्द्र, गाव रेवत (केदेल), पर्वतसर रोड, पुष्कर, जि. अजमेर, मोबा. 91-941333-07570. फोन: 91-145-2780570, Website: www.pushkar.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 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, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 30-11 ते 11-12, **सतिपट्टान:** 9 ते 17-3, 12 ते 20-10, 13 ते 21-12, **किशोरांचे शिविर:** 1 ते 9-6, **# बाळ शिविर 2-दिवसीय:** 15 ते 17-4, 13 ते 15-8, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 20 ते 31-8, 20-दिवसीय: 10 ते 31-7, 24-12 ते 14-1-2023, 30-दिवसीय: 10-7 ते 10-8, 24-12 ते 24-1-2023, **संपर्क:** 1) श्री रवि तोषणवाल, मोबा. 09829071778, Email: dhammapushkar@gmail.com, 2) श्री अनिल धारीवाल, मोबा. 098290 28275. Email: corporate@toshton.com, फॅक्स: 0145-2787131.

धम्ममरुधर : जोधपुर (राजस्थान)

विपश्यना साधना केन्द्र, लहरिया रिसोर्टमार्ग, अध्यात्म विद्याग सस्तग केन्द्रजवळ चौपासनी जोधपुर-342008. मोबा. 9829007520, Email: info@marudhara.dhamma.org, दहा-दिवसीय: 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, 28-10 ते 8-11, 11 ते 22-11, 25-11 ते 6-12, **सतिपट्टान:** 9 ते 17-3, 28-5 ते 5-6, 8 ते 16-10, 23 ते 31-12, 3-दिवसीय: 2 ते 5-3, 4 ते 7-4, 19 ते 22-10, 9 ते 12-12, **किशोरांचे शिविर:** 10 ते 18-6, **किशोरींचे शिविर:** 19 ते 27-8, **# बाळ शिविर 2-दिवसीय:** (13 ते 16 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, (चूरूपसून 6 कि.मी.) चूरू (राजस्थान): फोन: 9664481738, **संपर्क:** 1) श्री एस. पी शर्मा, Email: dhammapubbaj@gmail.com, info@pubbaja.dhamma.org, मोबा. 07627049859, 2) श्री सुरेश खन्ना, Email: sureshkhanna56@yahoo.com; (मोबा. 94131-57056, 9887099049, Whatsapp Only) **दस-दिवसीय:** 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:** 29-4 ते 7-5, 19 ते 27-8, 3-दिवसीय: 21 ते 24-4, 23 ते 26-9, 19 ते 22-10, 9 ते 12-12, **किशोरांचे शिविर:** 10 ते 18-6, 1-दिवसीय: 8-5, **# बाळ शिविर 2-दिवसीय:** (13 ते 16 वर्ष मुले) 2 ते 4-9, (13 ते 16 वर्ष केवळ मुली) 30-9 ते 2-10, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 20 ते 31-12,

धम्मसोत : सोहना (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्मोद पुलिस थाना के पास), पो. सोहना, बल्लभगढ-सोहना रोड, (सोहना पासून 12 कि.मी.), जिला- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (बल्लभगढ और सोहना ते बस उपलब्ध है।) **विपश्यना साधना संस्थान, राहका गांव, (निम्मोद पुलिस स्टेशनजवळ), पो. सोहना, बल्लभगढ-सोहना रोड, (सोहनापासून 12 कि.मी.), जिल्हा- गुडगांव, हरियाणा. मोबा. 9812655599, 9812641400. (बल्लभगढ व सोहना येथून बस उपलब्ध आहे.) दहा-दिवसीय:** 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, 17 ते 28-8, 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, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-2023, **संपर्क:** विपश्यना साधना संस्थान, रूम नं. 1015, 10 वा तळ, हेमकुंत/मोदी टावर, 98 नेहरु 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:** 15 ते 23-5, 4 ते 12-7, 17 ते 25-12, **सहायक आचार्य कार्यशाळा:** 2 ते 5-10, **धम्मसेवक कार्यशाळा:** 6 ते 7-10, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 14 ते 25-7, 11 ते 22-10, 20-दिवसीय: 19-4 ते 10-5, 1 ते 22-8, 30-दिवसीय: 27-2 ते 30-3, 28-5 ते 28-6, 28-8 ते 28-9, 45-दिवसीय: 27-2 ते 14-4, 27-10 ते 12-12, **संपर्क:** धम्मसोतच्या-संपर्कावर.

धम्मकारुणिक : करनाल (हरियाणा)

विपश्यना साधना संस्थान, एअरपोर्ट/कुंडपुरा रोड, गव्हरमेट 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: 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 13 ते 24-4, 27-4 ते 8-5, 11 ते 22-5, 22-6 ते 3-7, 13 ते 24-7, 27-7 ते 7-8, 10 ते 21-8, 24-8 ते 4-9, 14 ते 25-9, 28-9 ते 9-10, 12 ते 23-10, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 14 ते 25-12, 28-12 ते 8-1-2023, **सतिपट्टान:** 29-10 ते 6-11, **किशोरांचे शिविर:** 28-5 ते 5-6, **किशोरींचे शिविर:** 11 ते 19-6,

धम्महितकारी : रोहतक (हरियाणा)

विपश्यना ध्यान समिती, लाहली - आंबल रोड, गांव लाहली, ता - कलानोर, जिल्हा: रोहतक - 124001, **संपर्क:** 92543-48837, 9416303639. दहा-दिवसीय: 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, 17 ते 28-8, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 5 ते 16-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-2023, 3-दिवसीय: 17 ते 20-10,

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:** 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, 17 ते 28-8, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 5 ते 16-10, 19 ते 30-10, 16 ते 27-11, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-23, **सतिपट्टान:** 5 ते 13-11,

धम्मसिखर : धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश)

हिमाचल विपश्यना केन्द्र, धरमकोट मैकलोडगंज, धर्मशाला, जिल्हा- कांग्रा, 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. **सतिपट्टान:** 20 ते 28-3, 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 विसुद्द, एन्सट ट्रॅक्स, मोबाईल: (91) 9906971808, 9419862542. दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 1 ते 12-2. 16 ते 27 सतिपट्टान व इतर शिविरांच्या वेळी नाही. **सतिपट्टान:** 16 ते 24-3, 16 ते 24-9, 3-दिवसीय: 25 ते 28-9, 2-दिवसीय: 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 केन्द्र, जनतनवाला गांव, देहरादून कन्ट व संतला देवीजवळ, देहरादून-248001. फोन: 0135-2715189, 2715127, 94120-53748, Email: reg.dhammasaila@gmail.com; दहा-दिवसीय: 23-2 ते 6-3, 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, 24-8 ते 4-9, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 30-11 ते 11-12, 14 ते 25-12, **सतिपट्टान:** 6 ते 14-3, 14 ते 22-8, 7 ते 15-10, 3-दिवसीय: 19 ते 22-3, 7 ते 10-8, 16 ते 19-10, 28-10 ते 1-11, **संपर्क:** 1) श्री भंडारी, 16 टैगोर विला, चक्राता रोड, देहरादून-248001. फोन: (0135) 2104555, 07078398566, फॅक्स: 2715580.

धम्मलक्ष्मण : लखनऊ (उ. प्र.)

विपश्यना साधना केन्द्र, अस्ती रोड, बक्शीचा तलाव, लखनऊ-227202. (शिविर प्रारंभाच्या 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: 19-2 ते 2-3, 4 ते 15-3, 4 ते 15-4, 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:** 22 ते 30-3, 19 ते 27-10, 3-दिवसीय: 28 ते 31-10, 2-दिवसीय: 15 ते 17-3, 18 ते 20-3, 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, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-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 मृदुला मुक्ता, मोबा. 94150-10879, 4) श्री राजीव यादव, मोबा. 9415136560.

धम्मसुवत्थी : श्रावस्ती (उ. प्र.)

जेतवन विपश्यना साधना केन्द्र, कटरा बार्डगास रोड, बुद्धा इंटर कॉलेजसमोर, श्रावस्ती, पिन- 271845; फोन: (05252) 265439, 09335833375 Email: info@suvatthi.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 13-1-2023, **सतिपट्टान:** 29-8 ते 6-9, 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,

दीर्घ-शिविर: 20-दिवसीय: 8 ते 29-9, 30-दिवसीय: 28-2 ते 31-3, 45-दिवसीय: 28-2 ते 15-4, 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 केन्द्र, खरगीपुर गांव, पो. पियरी, चौबेपुर, (सारनाथ), वाराणसी. मोबा: 09307093485; 09936234823, Email: info@cakka.dhamma.org (सारनाथ म्युजियमपासून ऑटोरिक्षा भाडे 100/- रुपये आहे.), **दस-दिवसीय:** 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:** 21 ते 29-3, 2 ते 10-10, 3-दिवसीय: 28 ते 31-8, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी. सुबह 9 ते सायं 4 तक,

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

धम्मकाया कुशीनगर (उ.प्र.)

“धम्मकाया” विपश्यना साधना केन्द्र, गांव- धूरिया भाट, बनवारी टोलाजवळ. ता- कसया, देवरिया रोड, ता. कसया, जिल्हा- कुशीनगर-274402, (उ.प्र.) मोबा. 919415277542. Email: dhammakaaya.vskkr@gmail.com; दहा-दिवसीय: **संपर्क:** श्री भूमिचर मोबा. 09452975280, **संपर्क:** 1. श्री भूमिचर मोबा. 09452975280, 2) डॉ. विलकुमार मोदी, द्वारा- आरोग्य मंदिर, गोरेखपुर-273003, 3) श्री नरेश अग्रवाल- मोबा. 9935599453.

धम्मकल्याण : कानपुर (उ. प्र.)

कानपुर अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केन्द्र, ढोडी घाट, रूमा, पो. सलेमपुर, कानपुर नगर- 209402, (सेन्ट्रल रेलवे स्टेशनपासून 23 कि. मी.) Email: dhamma.kalyana@gmail.com, फोन: 07388-543795, मोबा. 08995480149. (नोंदणीवर्ती प्रवेश बिल्कुल नाही) दहा-दिवसीय: 5 ते 16-3, 20 ते 31-3, 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:** 22-2 ते 1-3, 22 ते 30-11, 3-दिवसीय: 1 ते 4-4, 1 ते 4-9, **किशोरींचे शिविर:** 24-5 ते 1-6, **एक-दिवसीय:** प्रत्येक महिन्यात चौथ्या रविवारी सकाळी 10 ते सायं 5 वाजेपर्यंत **# बाळ शिविर:** 3-दिवसीय: (8 ते 12 वर्ष) 1 ते 4-6, **दीर्घ-शिविर:** विशेष दहा-दिवसीय: 20-11 ते 1-12-22,

धम्म सुधा : मेरठ (उ.प्र.)

विपश्यना केन्द्र, पोलीस स्टेशनमागे, टॉवर रोड, सैफपुर गुरुद्वाराजवळ, हस्तिनापुर, जिल्हा- मेरठ-250404, **कार्यालय संपर्क:** फोन: 9555515548, 8171490433, 7505414181, 10-दिवसीय: 2 ते 13-3, 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, 17 ते 28-8, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 5 ते 16-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-2023 **सतिपट्टान:** 19 ते 27-3, 3-दिवसीय: 31-3 ते 3-4, 1 ते 4-9, 17 ते 20-10, 1 ते 4-12,

धम्मबोधि : बोधगया (बिहार)

बोधगया अंतर्राष्ट्रीय विपश्यना साधना केन्द्र, 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 12-4, 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, ० सतिपट्टान: 18 ते 26-10,

० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 6 ते 17-10, 20-दिवसीय: 1 ते 22-8, 6 ते 27-10, 30-दिवसीय: 1-8 ते 1-9, 45-दिवसीय: 9-2 ते 27-3

धम्मलिच्छवी : मुजफ्फरपुर (बिहार)

धम्मलिच्छवी विपश्यना केंद्र, गांव- लद्वी, पार्ली, मुजफ्फरपुर-843113. फोन: 7779842059, 8935963703, दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 5 ते 16 व 19 ते 30. केवळ फेब्रुवारी मध्ये 19-2 ते 2-3, (19 ते 30-3, व 19 ते 30-10, ला नाही) ० सतिपट्टान: 22 ते 30-3, संपर्क: श्री राजकुमार गोयन्का, 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 व 17 ते 28.

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

धम्मपाटलिपुत्र : 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 14-3, 17 ते 28-3, 3 ते 14-4, 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, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 3 ते 14-9, 17 ते 28-9, 3 ते 14-10, 17 ते 28-10, 3 ते 14-11, 3 ते 14-12, 17 ते 28-12, 3 ते 14-1-2023, 17 ते 28-1-23, ० सतिपट्टान: 17 ते 25-11, 1-दिवसीय: दर रविवारी, मिनी आनापान साधना: दर रोज, # 3-दिवसीय बाळ-शिबिर: (केवळ मुली 12 ते 16 वर्ष) 29-4 ते 2-5, (केवळ मुले 12 ते 16 वर्ष) 28 ते 31-12, कृतज्ञता-शिबिर: 2 ते 17-2-2023

धम्मवैशाली : वैशाली (बिहार)

दहा-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात 4 ते 15 जानेवारी ते डिसेंबर, स्थान: वियतनाम महाप्रजापति ननरी, विश्वांति पगोडा रोड, वैशाली-844128, मोबा. 9031012302, 9031012303, 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 व 18 ते 29, 20 ते 28 मार्च व सतिपट्टान च्या वेळी नाही. ० सतिपट्टान: 4 ते 12-11,

कच्छ एवं गुजरात

धम्मसिन्धु : मांडवी-कच्छ (गुजरात)

कच्छ विपश्यना केंद्र, गाव- बाबा, ता. मांडवी, जिल्हा- कच्छ 370475. मोबा. 9925674104, Email: info@sindhudhamma.org (शिबिर आरंभ होण्याच्या दिवशी सरळ केंद्रात जाण्यासाठी वाहन सुविधा उपलब्ध. त्यासाठी संपर्क- फोन: भुज- 094274-33534. गांधीधाम: 094262-50746. मांडवी: 09974575660.) दहा-दिवसीय: 20-2 ते 3-3, 6 ते 17-3, 20 ते 31-3, 3 ते 14-4, 15 ते 25-4, 1 ते 12-5, 15 ते 26-5, 29-5 ते 9-6, 12 ते 23-6, 25-6 ते 6-7, 10 ते 21-7, 24-7 ते 4-8, 7 ते 18-8, 21-8 ते 1-9, 4 ते 15-9, 18 ते 29-9, 30-9 ते 11-10, 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, 4-1-22 ते 15-1-2-23, 18 ते 29-1, ० सतिपट्टान: 17 ते 25-4, 11 ते 19-6, 30-10 ते 7-11, 3-दिवसीय: 13 ते 16-5, 24 ते 27-6, 12 ते 15-8, 7 ते 10-10, 25 ते 28-10, ० कृतज्ञता-शिबिर: 2 ते 17-2-2023,

० दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 15 ते 26-4, 25-6 ते 6-7, 12 ते 23-11, 20-दिवसीय: 23-2 ते 16-3, 4 ते 25-5, 1 ते 22-12, 30-दिवसीय: 23-2 ते 26-3, 4-5 ते 4-6, 16-7 ते 16-8, 7-9 ते 8-10, 45-दिवसीय: 23-2 ते 10-4, 7-9 ते 23-10, 1-1-2-22 ते 16-2-2-23, 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: 9 ते 20-3, 23-3 ते 3-4, 6 ते 17-4, 27-4 ते 8-5, 11 ते 22-5, 25-5 ते 5-6, 8 ते 19-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 3 ते 14-8, 31-8 ते 11-9, 14 ते 25-9, 5 ते 16-10, 19 ते 30-10, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 14 ते 25-12, 3-दिवसीय: 16-2 ते 1-3, 8 ते 21-8, संपर्क: 1) फोन: 0281-2233666, मोबा. 7878727223, 94272-21591, फॅक्स: 2221384. 2) श्री मेहता, फोन: 2587599, मोबा. 9428203291.

धम्मदिवकर : मेहसाणा (गुजरात)

उत्तर गुजरात विपश्यना केंद्र, मीठा गाव, ता. जिल्हा- मेहसाणा, गुजरात, Email: info@divakara.dhamma.org, फोन: (02762) 272800. संपर्क: 1. निखिलभाई परीख, मोबा. 09429233000, 2. श्री उपेंद्र पटेल, मोबा. 8734093341, Email: upendrakpatel@gmail.com, फोन: (02762) 254634, 253315, 10-दिवसीय: 2 ते 13-3, 16 ते 27-3, 30-3 ते 10-4, 13 ते 24-4, 27-4 ते 8-5, 11 ते 22-5, 25-5 ते 5-6, 8 ते 19-6, 22-6 ते 3-7, 20 ते 31-7, 7 ते 18-9, 21-9 ते 2-10, 5 ते 16-10, 27-10 ते 7-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 21-12 ते 1-1-2023, 4 ते 15-1-23, 18 ते 29-1-23, 17 ते 28-2-23, ० सतिपट्टान: 4 ते 12-7, 3-दिवसीय: 20 ते 23-10, 2-दिवसीय: 15 ते 17-7,

० दीर्घ शिबिर: 20-दिवसीय: 13-8 ते 3-9, 30-दिवसीय: 3-8 ते 3-9,

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 शिबिराच्या 0 दिवशी, पार्लो बस स्टॅड (अहमदाबाद) दुपारी 2:30 वाजता) दहा-दिवसीय: 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, 25-12 ते 5-1-2023, 11-1 ते 22-1-23, 25-1 ते 5-2-23, 8 ते 19-2-23, 22-2 ते 5-3-23, ० सतिपट्टान: 1 ते 9-3,

० दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 10 ते 21-3, 20-दिवसीय: 1 ते 22-3, 30-दिवसीय: 5-11 ते 6-12, 45-दिवसीय: 5-11 ते 21-12, संपर्क: 1) श्रीमती शशि तोडी मोबा. 98240-65668.

धम्म अम्बिका : दक्षिण गुजरात, गुजरात

विपश्यना ध्यान केंद्र, नंशाल 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: 22-2 ते 5-3, 7 ते 18-3, 20 ते 31-3, 6 ते 17-4, 19 ते 30-4, 1 ते 12-5, 18 ते 29-5, 31-5 ते 11-6, 12 ते 23-6, 29-6 ते 10-7, 13 ते 24-7, 28-7 ते 8-8, ० सतिपट्टान: 19 ते 27-8, 3-दिवसीय: 31-3 ते 3-4, 12 ते 15-5, 23 ते 26-6, 12 ते 15-8,

० दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 29-8 ते 9-9, 20-दिवसीय: 19-8 ते 9-9,

दक्षिण भारत

धम्मपफुल्ल : अलूर, बंगलूरू (कर्नाटक)

बंगलूरू विपश्यना केंद्र, अलूर-562123. (गाँव अलूर, अलूर पंचायत कार्यालयजवळ) तुमकूर हाईवे समोर दासनपुरा बंगलूरू उत्तर तालुका, (कर्नाटक). फोन: (080) 23712377, मोबा. 7829912733, 8861644284, 9972588377, Email: info@paphulla.dhamma.org, (बंगलूरू रेल्वे स्टेशन पासून 23 कि. मी. दूर) दहा-दिवसीय: 2 ते 13-3, 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, ० सतिपट्टान: 23 ते 31-3, 3-दिवसीय: 17 ते 20-3, 2-दिवसीय: 26 ते 27-2, ० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 2 ते 23-2,

धम्मसेतु : चेन्नई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, 533, पद्मान- थंडलम रोड, द्वारा धीन्नीरमलाई रोड, धीन्नीरमलाई, चेन्नई-600044, शिबिरसंबंधी 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: 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, ० सतिपट्टान: 2 ते 10-7, 12 ते 20-10, 3-दिवसीय: 24 ते 27-3, 12 ते 15-5, 28 ते 31-7, 1-दिवसीय: 16-5, 13-7, धम्मसेवक कार्यशाळा: 21-4, बाळ शिबिर शिक्षक कार्यशाळा: 21 ते 22-5, सहायक आचार्य कार्यशाळा: 28 ते 29-5,

० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 12 ते 23-10,

धम्मखेत : 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: 18-2 ते 1-3, 3 ते 14-3, 17 ते 28-3, 31-3 ते 11-4, 13 ते 24-4, 4 ते 15-5, 18 ते 29-5, 18 ते 29-7, 3 ते 14-8, 17 ते 28-8, 13 ते 24-9, 25-9 ते 6-10, 8 ते 19-10, 20 ते 31-10, 2 ते 13-11, 16 ते 27-11, 30-11 ते 11-12, 14 ते 25-12, ० सतिपट्टान: 18 ते 26-5, 13 ते 21-9, 3-दिवसीय: 25 ते 28-4, 29-8 ते 1-9, 2-दिवसीय: 29-4 ते 1-5, 30-7 ते 1-8, 2 ते 4-9, आचार्य कार्यशाळा: 8 ते 12-9, 2-दिवसीय धम्मसेवक कार्यशाळा: 5 ते 7-9, धम्मसेवक कार्यशाळा: 28-2, 27-3, 24-4, 29-5, 17-7, 28-8, 30-10, 27-11,

० दीर्घ-शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 1 ते 12-6, 28-12 ते 8-1-2023, 28-12-2023 ते 8-1-2024, 31-5-2024 ते 10-6-2024, 20-दिवसीय: 1 ते 22-6, 28-12 ते 18-1-2023, 28-12-2023 ते 18-1-2024, 31-5-2024 ते 20-6-2024, 30-दिवसीय: 1-6 ते 2-7, 28-12 ते 28-1-2023, 28-12-2023 ते 28-1-2024, 31-5-2024 ते 30-6-2024, 45-दिवसीय: 1-6 ते 17-7, 31-5-2024 ते 15-7-2024,

धम्म मधुरा : मदुराई (तमिलनाडु)

विपश्यना साधना केंद्र, गाव चेतिया पट्टी, ता. आतुर पो. गांधीग्राम युनिवर्सिटी दिवंगुल-624302, Email: dhammamadhura@gmail.com, संपर्क: 9442603490, 9442103490, 10-दिवसीय: 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, ० सतिपट्टान: 13 ते 21-8, 3-दिवसीय: 9 ते 12-6, 4 ते 7-8, 22 ते 25-9,

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: 6 ते 17-2, 14 ते 25-5, 2 ते 13-11, 23-11 ते 4-12, 2-दिवसीय: 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, किशोरांचे शिबिर: 9 ते 17-4, 5 ते 13-5, 20 ते 28-8, 26-9 ते 4-10, 14 ते 22-11, किशोरींचे शिबिर: 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: 9 ते 11-9,

धम्मनागाज्जुन -2 : नागार्जुन सागर (तेलंगाना)

संपर्क: धम्मनागाज्जुन-1 च्या वरील पर्यावर: 10-दिवसीय: 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, ० सतिपट्टान: 24-4 ते 2-5, 14 ते 22-9, कृतज्ञता-शिबिर: 2 ते 17-2-2023,

० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 4 ते 25-5, 30-दिवसीय: 4-5 ते 4-6, 26-10 ते 26-11, 45-दिवसीय: 26-10 ते 11-12, 14-12 ते 29-1-23

मध्य भारत

धम्मकानन : बालाघाट (म.प्र.)

धम्मकानन विपश्यना केंद्र, वैगंगा तट, रंगटोला, पो. रार्ग, बालाघाट. फोन: (07632) 248145, मोबा. 8989845100, संपर्क: 1) श्री खोब्रागडे, मोबा. 94243-36241. 2) श्री मेश्राम, फोन: (07632) 239165, Email: dineshmeshram@hotmail.com, मोबा. 09425140015, 9753144641, ऑनलाइन आवेदन: https://www.dhamma.org/en/schedules/schkanana. 10-दिवसीय: (20-2 ते 3-3 केवळ भिक्षुसाठी) 6 ते 17-3, 21-3 ते 1-4, 3 ते 14-4, 17 ते 28-4, 2 ते 13-5, 2 ते 13-6, 2 ते 13-7, 19 ते 30-8, 2 ते 13-9, 17 ते 28-9, 6 ते 17-10, 22-10 ते 2-11, 5 ते 16-11, 19 ते 30-11, 4 ते 15-12, ० सतिपट्टान: 18 ते 26-6, 18 ते 26-12, 3-दिवसीय: 18 ते 20-3, 2-दिवसीय: 15 ते 16-5, # बाल-शिबिर: 29-5, 2-10

० दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 17-7 ते 7-8,

धम्मपाल : भोपाल (म.प्र.)

धम्मपाल विपश्यना केंद्र, केरवा डेम के पीछे, ग्राम दौलतपुरा, भोपाल-462 044, संपर्क: मोबा. 94069-27803, 7024771629, संपर्क: 1) प्रकाश गोडाम, मोबा. 94250-97358, 2) श्री लालेंद्र हुमने, मोबा. 9893891989, फोन: (0755) 2468053, फॅक्स: 246-8197. Email: dhammapala.bhopal@gmail.com, ऑनलाइन आवेदन: www.pala.dhamma.org. दहा-दिवसीय: 23-2 ते 6-3, 9 ते 20-3, 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, १ सतिपट्टान: 23 तो 31-3, 14 ते 22-10, 3-दिवसीय: 12 ते 15-5, 8 ते 11-9, 27 ते 30-10, 2-दिवसीय: 1 ते 3-4, 1-दिवसीय: 20-2, 20-3, 17-4, 24-7, 4-9, 9-10, 27-11, किशोरांचे शिबिर: (लडके) 3 ते 11-5, (लडकियां) 14 ते 22-6, बाल-शिबिर: (उम्र 8 ते 12 वर्ष) 29-5, 21-8, (वय 13 ते 16 वर्ष) 1-5, 12-6; रवरखाव सप्ताह: 9 ते 13-10, जुन्या साधकांसाठी सहभागिता सेमिनार: 25 ते 26-6,

∞ दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 14 ते 25-12, 20-दिवसीय: 8 ते 28-9, 30-दिवसीय: 8-9 ते 9-10,

धम्ममालावा : इंदोर (म.प्र.)

विपश्यना केंद्र, गाव- जंबूडी हप्पी, गोमटगिरीच्याजवळ, पितृ पर्वतासमोर, ह्यातद रोड, इंदोर-452003. Email: info@malava.dhamma.org; dhammamalava@gmail.com. संपर्क: 1) इंदोर विपश्यना इंटरनॅशनल फाउंडेशन, ट्रस्ट, फोन: (0731) 4273313. 2) श्री अवधूत गोखले, मोबा. 9407406620. दहा-दिवसीय: 6 ते 17-3, 20 ते 31-3, 3 ते 14-4, 16 ते 27-4, 1 ते 12-5, 17 ते 28-5, 29-5 ते 9-6, 3 ते 14-7, 16 ते 27-7, 30-7 ते 10-8, 13 ते 24-8, 4 ते 15-9, 17 ते 28-9, 2 ते 13-10, 19 ते 30-11, 4 ते 15-12, (केवळ जुने साधक 17 ते 28-12), १ सतिपट्टान: 19 ते 27-2, 18 ते 26-6, 3-दिवसीय: 10 ते 13-6, 26 ते 29-8, 14 ते 17-10, 1-दिवसीय: 16-5, व प्रत्येक महिन्यात पहिल्या रविवारी व फेब्रुवारी मार्च मध्ये तिसऱ्या रविवारी (सकाळी: 8 ते 1:30) ऑगस्ट मध्ये नाही, धम्मसेवा शिबिर: 29-1 सकाळी: 8 ते 30-1 संध्याकाळी 5 पर्यंत ∞ दीर्घ शिबिर: विशेष दहा-दिवसीय: 6 ते 17-11,

धम्मरत : रतलाम (म.प्र.)

धम्मरत विपश्यना केंद्र, (रतलामपासून 15 कि.मी.) साई मंदिरामागे, गाव - धामनोद ता. सैलाना, जि. रतलाम-457001, फॅक्स: 07412-403882, Email: dhamma.rata@gmail.com संपर्क: 1) श्री योगेश, मोबा. 8003942663, 2) श्री अश्वनी, मोबा. 9826700116. दहा-दिवसीय: 18 ते 1-3, 5 ते 16-3, 20 ते 31-3, 3 ते 14-4, 18 ते 29-4, 4 ते 15-5, 20 ते 31-5, 4 ते 15-6, 19 ते 30-6, 3 ते 14-7, 16 ते 27-7, 15 ते 26-8, 1 ते 12-9, 14 ते 25-9, 1 ते 12-10, 1 ते 12-11, 18 ते 29-11, 4 ते 15-12, 18 ते 29-12, १ सतिपट्टान: 2 ते 10-8, 3-दिवसीय: 27 ते 30-7, 14 ते 17-10, 1-दिवसीय: 1-5, 28-8, 25-9, 13-11, सामू. साधना: प्रत्येक रविवारी सकाळी: 8 ते 9 संपर्क कार्यालय: विक्रम नगर, म्हो रोड, रतलाम, फोन: 09425364956, 09479785033.

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

विपश्यना धम्मगुना, गाव- पगारा, 12 किमी. गुना-ग्वालियर संभाग. संपर्क: श्री विरेंद्र 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,

धम्मवल : जबलपुर (म.प्र.)

विपश्यना साधना केंद्र, भेडाघाट पोलीस स्टेशनपासून एक किलोमीटर, बापट मार्ग, भेडाघाट, जबलपुर. संपर्क: Whatapp No. 1) श्री गुलशन माकन, मोबा. 9425156895 2) श्री राजेंद्र दुबे, मोबा. 7999341818, Email: dham-mabalajabalpur@yahoo.co.in. दहा-दिवसीय: 6 ते 17-3, 3 ते 14-4, 8 ते 19-5, 18 ते 29-9, 9 ते 20-10, 13 ते 24-11, 11 ते 22-12, १ सतिपट्टान: 17 ते 25-4, 3-दिवसीय: 15 ते 17-4, 10 ते 12-6, 25 ते 27-11, 1-दिवसीय: प्रत्येक महिन्यात शेवटच्या रविवारी,

धम्मकेतु : दुर्गा (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, थनोद, व्हाया-अंजौर, जिल्हा-दुर्गा, छत्तीसगढ-491001; फोन: 09907755013, मोबा. 9589842737. Email: sadhana_kendra@yahoo.in दहा-दिवसीय: 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, 3-दिवसीय: 17 ते 20-3, किशोरींचे शिबिर: 29-5 ते 6-6, 1-दिवसीय: 1-5, 16-5, 26-6, 28-8, # बाळ-शिबिर: 27-3, 17-4, 3-5, 28-10, धम्मसेवक कार्यशाळा: 30-10, संपर्क: 1. श्री एस बंग, मोबा. 9425209354, 2. श्री. आर. पी. सैनी, मोबा. 9425244706,

धम्मगढ : बिलासपुर (छत्तीसगढ)

विपश्यना केंद्र, बिलासपुर शहरपासून 23 कि.मी. आणि कारगी रोड रेल्वे स्टेशन पासून 8 कि.मी. भरारी, व्हाया मोहनबाव, ता. तखतपुर, जिल्हा-बिलासपुर. Email: dhammagarh@gmail.com, Website: www.garh.dhamma.org, दस-दिवसीय: 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, १ सतिपट्टान: 12 ते 20-11, 3-दिवसीय: 17 ते 20-3, किशोरींचे शिबिर: 5 ते 13-6, 1-दिवसीय: 3-4, 15-5, 6-11, # बाल-शिबिर: 24-4, 1-5, 16-10, 27-11, ∞ दीर्घ-शिबिर: 20-दिवसीय: 9 ते 30-9, संपर्क: 1) श्री एस मेश्राम, मोबा. 79748-34238, 2) श्री के के साहू, मोबा. 9752047511,

धम्मउत्कल : खरियार रोड (उड़ीसा)

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

धम्मगङ्गा : कोलकाता (प. बंगाल)

विपश्यना केंद्र, सोदपुर, हरिश्चंद्र दत्ता रोड, पनिहटी, बरो मंदिर घाट, कोलकाता-700114. फोन: (033) 25532855, Email: info@ganga.dhamma.org, मोबा. 94332-21119, 97482-24578, दहा-दिवसीय: 23-2 ते 6-3, 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, 14 ते 25-7, 27-7 ते 7-8, 31-8 ते 11-9, 14 ते 25-9, 28-9 ते 9-10, 12 ते 23-10, 27-10 ते 7-11, 9 ते 20-11, 23-11 ते 4-12, 7 ते 18-12, 21-11 ते 1-1, १ सतिपट्टान: 8 ते 16-3, 16 ते 24-8, 3-दिवसीय: 17 ते 20-3, 25 ते 28-8, संपर्क: कार्यालय: टोबेको हाऊस, 5 वा माळा रूम नं. 523, 1, ओल्ड कोर्ट हाऊस कॉर्नर, कोलकाता-1, फोन: (033) 2230-3686, 2231-1317, *****

दोहे धर्माचे

कर्मकांडी रत राही, विसरे चित्त विशोध।
शुद्ध धर्म तर सुटला च, झाला न दुःख निरोध॥
धर्म शरण मंगल शरण, करी परम कल्याण।
धर्म शरण अशरण-शरण, धर्म सुखाची खाण॥
धर्म शरण ग्रहण करा, सुखी होय परिवार।
भाग्य जागे, पथ मिळे, मिळे शांती सुख सार॥
मंगलमयी च धर्माची, गंगा वाहे पुनीत।
जो न्हाई, दुःख मुक्त रे, हीच धर्माची रीत॥

दोहे धर्माचे

धर्म न असे कोणाचा, धारे तर च पाई।
धर्म गंगी स्नान करी, पाप धुतले जाई॥
चर्चा च चर्चा करीतसे, धारण करी न कोय।
धर्म बिचारा काय करे, धारे तर सुख होय॥
धारण करी तरच धर्म, अनुभवी तेच ज्ञान।
कोरी- कोरी मान्यता, करीत नसे कल्याण॥
दर पावली अनुभव रे, वाढे च धर्म पंथ।
तर भव बंधन रे सुटे, होई दुःखाचा अंत॥

“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, माघ पौर्णिमा, 16 फेब्रुवारी, 2022

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: 16 February 2022

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>